ஆன்மீக சிந்தனைகள் சில

நம் உடம்பில் எத்தனையோ அதிசயங்கள் உள்ளது. அதில் எனக்கு தெரிந்த சிலவற்றை கூறுகின்றேன்.



32 முகக் கலைகள் உள்ளது. ருத்ராட்சையில் 32 முகங்கள் வரை உள்ளன. நமது உடம்பில் 32 சக்கரங்கள் உள்ளன. பொதுவாக நமக்கு பற்கள் 32 உள்ளன.

(அகமருந்து 32, புற மருந்து 32 இதன் அனைத்திற்கும் விளக்கத்தை எங்களது அடுத்த வெளியீட்டில் பாருங்கள்

பெண்ணின் முக்கிய அம்சங்கள்

முன்னோர்கள் எழுதி வத்திருந்த பழைய நூலிலிருந்து இவை எடுக்கப் பட்டுள்ளது.



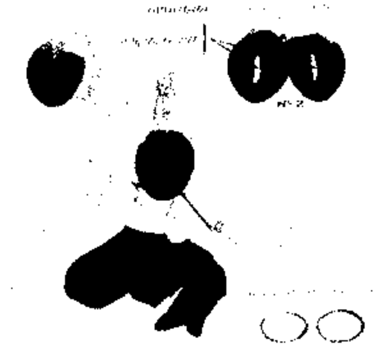
இது, முன்னோர்கள், அவர்களின் உடல் மண்ணில் மறைந்து விட்டாலும், அவர்களின் பெயர் மறைந்து விடக்கூடாது என்ற நோக்கத்தில், இதை நாங்கள் அச்சுப் பிரதியில் வெளியிட்டுள்ளோம்.

ஹ்ருதய கமலம்

ஐயா, ஜீவனே சிவன் என்று கூறுகிறார்களே, அது உண்மையா!. நமக்குள்ளேயே கடவுள் இருக்கின்றாரா?

ஸ்ரீ நாகானந்த சுவாமிகள்

ஆம். ஜீவனே சிவன் என்பது உண்மைதான். நம் ஹ்ருதயம் சிவலிங்கம் வடிவம் போன்றது. நாம் ஏன் கடவுளுக்கு தேங்காய் உடைத்து வழிபடுகிறோம் என்றால் நம் ஹ்ருதயம் தேங்காய் போன்ற வடிவத்தில் லிங்கமாக உள்ளது.



தேங்காயில் மூன்று நரம்புகள் இருக்கும். அது மும்மூர்த்திகளின் குறுக்கெலும்புகள். மூன்று கண்களும் இருக்கும். அதே போல் வாழைப் பழத்திலும் மூன்று பட்டையாக மூன்று நரம்புகள் உள்ளது. அது ஆண் வாழைப்பழம். ஐந்து நரம்புகள் உள்ள பழம் பெண் வாழைப் பழம். அதில் நமசிவாய மந்திரம் உள்ளது.

ஆகையால்தான் கோவில்களில் நாம் தேங்காயை உடைத்தும், பழத்தை வைத்தும் வழிபடுகின்றோம்.

ஆகவே அனைத்து ஜீவன்களிலும் இருப்பது சிவனே. "ஜீவனேசிவன்" என்பது உண்மையே.

பஞ்ச பூதங்களின் விபரம்

ஐயா, நம் நாசியில் ஐந்து வகை காற்று ஓடுகின்றது என்று கூறுகிறீர்கள். அதற்கு என்ன பொருள்.



நம் நாசியில் பிரிதிவி, அப்பு, தேய்வு, வாயு, ஆகாயம், என்ற ஐந்து வகை சுவாசம் ஓடுகின்றது. நம் நாசியில் செல்லும் மூச்சுக் காற்றின் அளவுகளை படம் விளக்குகின்றது. இறைவன் நமக்கு ஐந்து விரல்களை ஏன் படைத்திருக்கிறான் என்றால் நாம் எந்த ஒரு பொருளையும் எடுக்க வேண்டும் என்றால் ஐந்து விரல்களையும் மடக்கிதான் எடுக்க முடியும். அதே போல் ஐம்புலன்களையும் அடக்க வேண்டும் என்பதை நினைவூட்டுவதற்கே இறைவன் ஐந்து விரல்களை படைத்துள்ளான். இந்த மாபெரும் தத்துவத்தை மனிதனாகிய நாம் உணர்வதில்லை.

மூச்சுப் பயிற்சி

ஐயா, கோரக்கர் சந்திரரேகை என்ற நூலில் கோரக்கர் சித்தர், மூச்சுப் பயிற்சி செய்யும் பொழுது வடக்குப் பக்கம் பார்த்தவாறு கைகால்களை ஆட்டாமல் அசைக்காமல் நிமிர்ந்த வாக்கில் அமர்ந்து கொண்டு மூச்சை சூரிய கலையிலும், சந்திர கலையிலும் மாற்றி மாற்றி இழுக்க வேண்டும் என்று கூறியுள்ளார். ஆனால் கைகால்களை ஆட்டாமல் கை வைக்காமல் மூச்சுப் பயிற்சி எப்படி செய்வது, அவ்வாறு செய்யும் முறை உண்டா? அதைப் பற்றி கொஞ்சம் தெளிவாக கூறுங்களேன்.

"காற்றே கடவுள்"

ஐயா, புத்திமான்களே! உலகில் இதைவிட சித்து வேறு எதுவும் இல்லை. அனைவரும் மறைத்து வைத்த சூட்சுமத்தை திறவுகோலால் திறக்கின்றோம். இந்த சரீரத்துள்ளே எண்ணற்ற ரகசியங்களை இறைவன் புதைத்து வைத்துள்ளான். அது எவ்வாறு என்று வெளிப்படையாக கூறுகின்றோம்.

ஒரு நாழிகைக்கு 360 சுவாசம், ஒரு நாளைக்கு 21,600 சுவாசம். மூச்சுப் பயிற்சியில் "பூரகம் " என்பது மூச்சை உள்ளே இழுப்பது, "கும்பகம் " என்பது உள்வாங்கிய மூச்சை (காற்று) உள்ளே நிறுத்துவது, " ரேசகம் " என்பது மூச்சை வெளியிடுவது. நமக்கு எந்த நாசியில் சுவாசம் ஓடுகின்றதோ அதற்கு "பூரணம் " என்று பெயர்.

"சீதாக்காயம் " என்று கோரக்கர் சித்தர் கூறியிருக்கின்றார். சீதாக்காயம் என்பது நமது நாசி (மூக்கு) தான். நாசிக்குமேல் காசி என்று கூறுவார்கள். அது என்னவென்றால் "சுழிமுனை" என்பது ஆகும்.

நமக்கு இடது நாசி சந்திரகலை. அதில் வரும் காற்று குளிர்ச்சியாக இருக்கும். வலது நாசியில் சூரியகலை. அதில் வரும் காற்று உஷ்ணமாக இருக்கும். இரண்டு நாசிகளிலும், மூச்சுக் காற்று வந்தால் அதற்கு "சுழிமுனை" என்று பெயர். பொதுவாக மழைக் காலங்களில் இயற்கையாகவே சூரிய கலையில் ஓடும். அதிக வெயில் அடிக்கும் பொழுது சந்திர கலையில் சுவாசம் ஓடும். இது இயற்கையாகவே அமைந்துள்ள அற்புதம் ஆகும். ஏனெனில் உடலில் சூடும், குளிர்ச்சியும், சமநிலையில் இருக்க வேண்டும். இதில் எந்த ஒரு குறைபாடு இருந்தாலும் நமது உடலில் பல உபாதைகள் ஏற்படும். நம் மூச்சுக் காற்றிலே இறைவன் எவ்வளவு சூட்சுமத்தை வைத்துள்ளான் பார்த்தீர்களா?

மேலும் ஒரு வருக்கு சூரியகலையில் சுவாசம் மூன்று நாட்கள் ஓடினால் அவருக்கு ஒரு வருடத்தில் மரணம் சம்பவிக்கும். ஒரே நாசியில் பத்து நாட்கள் தொடர்ந்து ஓடினால் மூன்று மாதத்தில் மரணம் ஏற்படும். சூரிய கலையில் ஓடக்கூடிய காற்று 8 அங்குலம். சந்திர கலையில் ஓடும் காற்று 16 அங்குலம். மூச்சுப் பயிற்சி செய்யும் பொழுது 12 அங்குலம் காற்றை உள்ளிழுத்து 8 அங்குலம் நிறுத்தி 4 அங்குலம் வெளிவிட வேண்டும். இதே முறையில் ஒரு வனுக்கு சுவாசம் தொடர்ந்து ஓடினால் அவன் 120 வருடங்கள் வாழ்வான். இவ்வாறு சுவாசம் குறைய குறைய ஆயுளும் கூடும். சுவாசம் அதிகரிக்க அதிகரிக்க ஆயுள் குறையும்.

அதனால்தான், சுவாசத்தை அடக்குவதால் ஆமைகள் 300 வருடங்கள், 400 வருடங்கள் வாழ்கின்றன. அதேபோல்தான் பாம்பு 800 வருடம், 1000 வருடம் வாழ்கின்றன. இதைப்பற்றி உணர்ந்த நாம் பின்பற்றுவதில்லை.

நம்முள் சுவாசம் நடக்கும் அளவு

அமர்ந்திருக்கும் போது	-	12 அங்குலம்
நடக்கும் போது	-	16 அங்குலம்
ஓடும்போது	-	25 அங்குலம்
உறங்கும் போது	-	36 அங்குலம்
உடலுறவு கொள்ளும்போது	-	64 அங்குலம்

சுவாசம் குறைந்தால் ஏற்படும் நன்மைகள்

11 அங்குலமாக குறைந்தால் உலக இச்சை நீங்கும்
10 அங்குலமாக குறைந்தால் ஞானம் உண்டாகும்
9 அங்குலமாக குறைந்தால் விவேகி ஆவான்
8 அங்குலமாக குறைந்தால் தூர திருஷ்டி காண்பான்
7 அங்குலமாக குறைந்தால் ஆறு சாஸ்திரங்கள் அறிவான்
6 அங்குலமாக குறைந்தால் ஆகாய நிலை அறிவான்
5 அங்குலமாக குறைந்தால் காயசித்து உண்டாகும்
4 அங்குலமாக குறைந்தால் அட்டமாசித்து உண்டாகும்
3 அங்குலமாக குறைந்தால் நவகண்ட சஞ்சாரம் உண்டாகும்.
2 அங்குலமாக குறைந்தால் கூடுவிட்டு கூடுபாய்தல்
1 அங்குலமாக குறைந்தால் ஆன்ம தரிசனம்
உதித்த இடத்திலேயே நிலைத்தால் சமாதி நிலை அன்ன பாணம் நீங்கும்

எந்தெந்த நாட்கள் எந்த சுவாசம் ஓட வேண்டும் என்பதைப் பற்றி காண்போம்

ஞாயிறு, செவ்வாய், சனி	இம் மூன்று நாட்களிலும் சூரியகலை ஓட வேண்டும்.
வெள்ளி, திங்கள், புதன்	இம் மூன்று நாட்களிலும் சந்திரகலை ஓட வேண்டும்.
வியாழக்கிழமை - பூர்வபட்சம் (வளர்பிறை)	சந்திரகலை ஓட வேண்டும்
அமரபட்சம் (தேய்பிறை)	சூரிய கலை ஓட வேண்டும்.

இம் முறையில், அதிகாலை 4 மணிக்கு சுவாசம் நடக்க வேண்டும். இவ்வாறு தொடர்ந்து நடந்தால் காரியங்கள் அனைத்தும் சித்தியாகும். சனிக் கிழமை மட்டும் அதிகாலை 4 மணி முதல் இரவு 12 மணி வரை சூரிய கலையில் சுவாசம் ஓட வேண்டும்.

(சூரிய கலை ஓட வேண்டிய நேரத்தில் சந்திர கலையும், சந்திர கலை ஓட வேண்டிய நேரத்தில் சூரிய கலையும் ஓடினால் அதன் விளைவுகள்)

ஞாயிறு அன்று சந்திரகலை ஓடினால்	- இருமல் உண்டாகும்
திங்கள் அன்று சூரியகலை ஓடினால்	- ஜலதோஷமும், உறவினர்களுக்கு கேடும் உண்டாகும்
செவ்வாய் அன்று சந்திரகலை ஓடினால்	- காய்ச்சல், வீண் பிரச்சனைகள் உடற்சோர்வு உண்டாகும்
புதன்கிழமை அன்று சூரியகலை ஓடினால்	- தலைகுத்தல் உண்டாகும்
வியாழன் அன்று சுவாசம் மாறி ஓடினால்	- உடல்வலி உண்டாகும்
வெள்ளிக் கிழமை அன்று சூரியகலை ஓடினால்	- கண், காது நோயும், வெளியூர் செல்ல தடையும் உண்டாகும்.
சனிக்கிழமை அன்று சந்திரகலை ஓடினால்	- பேதி உண்டாகும்.

(சூரிய கலை ஓட வேண்டிய நேரத்தில் சந்திர கலையும், சந்திர கலை ஓட வேண்டிய நேரத்தில் சூரிய கலையும் ஓடினால் அதன் விளைவுகள்)

சூரியகலை ஓடும் பொழுது நோய்க்கான மருந்து சாப்பிட்டால் அம்மருந்து உடன் வேலை செய்து, நோய் விரைவில் குணமாகும். சந்திர கலை ஓடும் பொழுது மருந்து சாப்பிட்டால் நோய் விரைவில் தீராது. ஆனால் சந்திரகலை ஓடும் பொழுது, புது வீட்டிற்கு குடிபுகுதல், கிணறு வெட்டுதல், புது ஆடைகள் அணிதல் இவை போன்ற செயல்களை செய்யலாம்.

சூரியகலையில் சுவாசம் ஓடும் பொழுது எந்த ஒரு செயலையும் செய்தால் வெற்றி உண்டாகும். ஆகவேதான் சித்தர்களும், முனிவர்களும், ரிஷிகளும், வாசிக் கோலையும், கமண்டலத்தையும், இடது கையில் வைத்தே எப்பொழுதும் காட்சி தருவர். வாசிக்கோலை அவர்கள் எங்கு சென்றாலும் இடது கை அக்குளுக்குள் வைத்துதான் செல்வர். அப்போதுதான் சுவாசம் சூரியகலையில் ஓடும்.

ஆகவே நாம் எந்த ஒரு செயலைச் செய்யத் தொடங்கும் பொழுது இடது அக்குளுக்குள் ஏதேனும் ஒரு பொருளை வைத்துக் கொண்டால் காரியம் சித்தியாகும். இடது கையை ஊன்றி உட்கார்ந்தால் சுவாசம் வலது நாசியில் ஓடும். வலது கையை ஊன்றி உட்கார்ந்தால் சுவாசம் இடது நாசியில் ஓடும். சுவாசம் வலது நாசியில் ஓடிக்கொண்டிருப்பது போல படத்தில் விளக்கப்பட்டுள்ளது.



மேலும் சிவ ஆலயங்களில் உள்ள நந்தி பகவான் கூட இடது காலை மடக்கி அடியில் வைத்து படுத்திருப்பார். இதனால் சுவாசம் வலது நாசியில் ஓடும். அப்போது நந்தி பகவானுக்கு வலதுபுறமாக நின்று சாமி தரிசனம் செய்யும் பொழுது நம்முடைய நோய்களும் விலகும். நாம் நினைத்த காரியம் நிறைவேறும்.

உதாரணமாக சூரிய கலை ஓடக்கூடிய நாட்களில் ஒருநாளை எடுத்துக் கொள்வோம். அதாவது சனிக்கிழமை அதிகாலை 3.55 மணிக்கு சந்திர கலையில் ஓடும். சரியாக 4 மணிக்கு சூரிய கலைக்கு மாற வேண்டும். அதற்கு இடது கையை தலைக்கு வைத்துத் தூங்குவோம் இதனால் சூரிய கலைக்கு சுவாசம் மாற வேண்டும்.

ஆனால் சனிக்கிழமை அதிகாலை நான்கு மணிக்கு நிச்சயமாக என்னதான் செய்தாலும் சூரிய கலைக்கு மாறாது. நாம் இடது நாசியை விரல் வைத்து அடைத்தாலும் மூச்சுத் திணறல் ஏற்படும்.

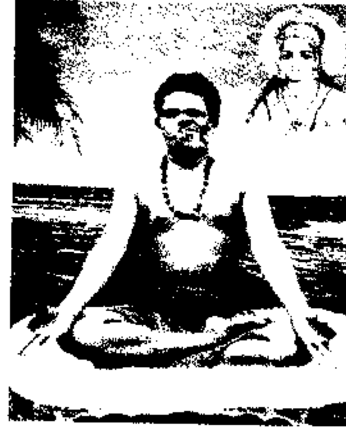
ஒருவனுக்கு அவ்வாறு சனிக்கிழமை அதிகாலை 4 மணிக்கு சுவாசம் சூரிய கலையில் ஓடினால் அவன் ஒரு பெரிய மகான். நீங்களே அவ்வாறு சரத்தை மாற்றிப் பார்த்தாலும் சுவாசம் மாறாது. இதனை ஓராண்டும் அல்ல, ஒரு மாதமும் அல்ல, ஒரு நாளில் உணர்வீர்கள். சூரிய கலையில் சுவாசம் ஓடும் பொழுது வலது கையை தலைக்கு வைத்து படுத்தால், சந்திரகலையில் ஓடும், அதே போல, சந்திர கலை சுவாசம் ஓடும் பொழுது இடது கையை தலைக்கு வைத்து படுத்தால் சூரியலையில் சுவாசம் ஓடும். சனிக்கிழமை அதிகாலை 4 மணிக்கு சுவாசம் சூரிய கலைக்கு மாறாது. ஏன் என்றால் அதிகாலை 4 மணி பிரம்ம முகூர்த்தம். அப் பொழுது நாம் என்னதான் செய்தாலும் சுவாசம் மாறாது. அதே போல் சந்திரகலை ஓடக்கூடிய நாளிலும், சுவாசம் இதே போல்தான் இருக்கும். இன்னும் ஒரு உண்மையைச் சொல்கின்றேன்.

என் தாயின் ஒளியில் விண்ணில் சென்று அங்கு உள்ள மலர்கள் அனைத்தையும் கொண்டு வந்து முப்பத்து முக்கோடி தேவர்களுடைய பொற்பாதங்களில் தூவி இந்த அடியேன் நானும் தடிபோல் விழுந்து வணங்குகிறேன். முப்பத்திமுக்கோடி தேவர்களும் எனக்கு ஒரு தீங்கும் வராமல் பார்த்துக் கொள்வார்கள் என்று அவர்களின் பாதம் தொட்டு இந்த ரகசியத்தை வெளிப்படையாக கூறுகின்றேன்.

தாமரை நூலகத்தார் வெளியிட்டுள்ள “கோரக்கர் சந்திர ரேகை” என்ற நூலில் தினகரனில் பயிற்சி பெற்ற பின்பு என்று கோரக்கர் சித்தர் கூறியிருக்கிறார்.

அது என்னவென்றால், முகத்தை இடதுபுறமாக சுழற்றி இழுக்கும் பொழுது சந்திரகலை வழிதான் சுவாசம் வர வேண்டும். ஆனால் சந்திரகலையிலும், சூரிய கலையிலும் சுவாசம் வரும். ஆனால் முகத்தை வலதுபுறமாக சுழற்றி இழுக்கும் பொழுது சந்திர கலையில் ஒரு துளிகூட சுவாசம் ஓடாது. சூரிய கலையில் மட்டும் தான் செல்லும். ஏன் என்றால் சந்திர கலை என்பது பெண். பெண் என்பது விட்டுக் கொடுக்கும் மனப்பான்மை உள்ளவள். சூரியகலை என்பது ஆண். ஆண் என்பவர் விட்டுக் கொடுக்கும் மனப்பான்மை இல்லாதவர். வலது நாசியில் உள்ள துவாரம் பெரியது. இடது நாசியில் உள்ள துவாரம் சிறியது. ஆகையால் இடது பக்கமாக முகத்தை சுழற்றி இழுக்கும் பொழுது, சந்திர கலையிலும், சூரிய கலையிலும் ஓடும். இதைத் தான் கோரக்கர் சித்தர் தினகரனில் பயிற்சி பெற்ற பின்பு என்று கூறியுள்ளார். இம் முறையை மூன்று ஆண்டுகள் கை வைக்காமல் செய்து வந்தால் சித்தியாகும். கை வைத்து எத்தனை ஆண்டுகள் மூச்சுப் பயிற்சி செய்தாலும் சித்தி ஆகாது.





ஒரு மனிதனுக்கு சராசரியாக 12 அங்குலம் காற்றுதான் உள்ளே செல்லும், அதில் 8 அங்குலம் உள்ளேயே தங்கிக் கொள்ளும், 4 அங்குலம் மட்டுமேதான் வெளியே வரும்.

இம்முறையினை மூன்றுமாத காலம் செய்ய வேண்டும். பின்னர் 24 எண்ணும் வரையில் காற்றை உள்ளே இழுத்து, 20 எண்ணும் வரையில் கும்பகம் செய்து 8 எண்ணும் வரை சந்திர கலையில் காற்றை வெளிவிட வேண்டும். இவ்வாறு நாட்கள் செல்ல செல்ல கும்பகம் செய்வதை அதிகரித்துக் கொண்டே செல்ல வேண்டும். அதே போல் மூச்சை உள்ளே இழுக்கும் பொழுது எப்படி வேண்டுமானாலும் இழுத்துக் கொள்ளலாம். ஆனால் வெளியே விடும் பொழுது மெதுவாக விடவேண்டும்.

இவ்வாறு மூச்சை மெதுவாக விடும் பொழுது ஆயுளும் அதிகரிக்கும். இவ்வாறு செய்யும் பொழுது முதலில் மூச்சுத்திணறல் ஏற்படும். அப்பொழுது பயப்படாமல் இப்பயிற்சியை தொடர்ந்து செய்து வரவேண்டும். இம்முறையை செய்து வந்தால் 10 நாட்களில் உங்களுக்கு மாற்றம் தெரியும். பத்து நாட்களில் உங்கள் நெற்றியில் வண்டு ஊருவது போல நமநம வென்றிருக்கும். இம்முறையினை அதிகாலையிலும், மாலை நேரத்திலும் செய்வது மிகவும் நன்று.

வடக்குப்புறம் பார்த்து அமர்ந்து கொண்டு, கைகால்களை அசைக்காமல், நிமிர்ந்து உட்கார்ந்து சுவாசத்தை சூரிய கலையிலும், சந்திர கலையிலும் மாற்றி இழுக்க வேண்டும். மூச்சை கும்பகத்தில் நிறுத்திக் கொண்டு மந்திரத்தை உச்சரிக்க வேண்டும். இம் மந்திரங்களை சொல்லும் பொழுது கை வைத்து சொல்லக்கூடாது.

ஆகையால்தான் கையை வைக்காமல் மூச்சுப் பயிற்சி செய்வது எப்படி என்று விரிவாகவும், தெளிவாகவும்,படத்தின் மூலம் காட்டியுள்ளோம். நீங்கள் பார்த்தவரை மூச்சுப் பயிற்சியை அனைவரும் கை வைத்துத்தான் சொல்லிக் கொடுத்திருப்பர். ஆனால் நான் இங்கு கை வைக்காமல் மூச்சுப் பயிற்சி செய்வது பற்றி வெளிப்படையாக கூறிவிட்டேன்.

மேலும் கோரக்கர் நூலில், கைகால்களை அசைக்காமல் மூச்சுப் பயிற்சி செய்ய வேண்டும் என்று வார்த்தையில் சொன்னதை, நான் இங்கு படமாகவே காட்டிவிட்டேன். மேலும் நீங்கள் "ஞானக்கனல்", "ஞானசரநூல் தாமரை நூலகம் வெளியிட்ட "சித்தர் உடற்தத்துவம்", "சிவவாக்கிய சாரம்" என்ற நூல்களைப் படித்து மூச்சுப் பயிற்சி செய்து வந்தால் மூச்சுப் பயிற்சியில் வல்லவர்களாக வருவீர்கள்.

என் குருநாதரான "கோரக்கர் சித்தர்" அவருடைய நூலில் இதை சூட்சுமமாக கூறினார். நான் அவரேகதி என தவத்தில் ஆழ்ந்து சித்தியாக வழி கேட்டேன். அதற்கு அவர் "மூச்சுப் பயிற்சியை கை வைக்காமல் செய் " என்று கூறினார். அவர் எனக்குச் சொன்ன இரகசியத்தை நான் வெளிப்படையாக உடைத்து விட்டேன்.

சுவாசம் எந்த கலையில் ஓடுகிறது என்பதை கண்டறியும் முறை



ஐயா, ஏதேனும் ஒரு நாசியில் தான் சுவாசம் ஓடும் என்று கூறுகிறீர்களே அதை எப்படி கண்டுபிடிப்பது.

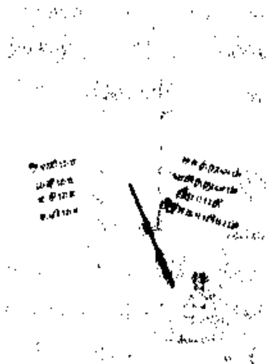
நாகானந்தா சரியாக கேட்டீர்கள்.

நமது ஆள்காட்டி விரல்களை படத்தில் காட்டியபடி நம் நாசிக்கு நடுவில் உள்ள தண்டு அதாவது நடுவீதியாக இருக்கும் தண்டில் விரல்களை வைத்து சுவாசத்தை மெதுவாக வெளிவிட்டால், விரல்களில் காற்று மெதுவாக படும். அப்பொழுது சுவாசம் எந்த கலையில் ஓடுகிறது என்பது உங்களுக்கே தெளிவாக தெரியும்.

இதுவே சுவாசம் எந்த கலையில் ஓடுகிறது என்பதை அறிந்து கொள்ளும் முறை.

அஷ்டமா சித்து

ஐயா, அஷ்டமா சக்திகளை 18 சித்தர்களைத் தவிர வேறு யாரும் இதுவரை அடையவில்லை. இக் கலியுகத்தில் அஷ்டமாசக்திகளை அடைவதற்கு வழி உண்டா? அதை மற்றவர்கள் அடையாமைக்கு காரணம் என்ன? இது பற்றி தெளிவாகக் கூறுங்களேன்!



நல்ல கேள்வி கேட்டீர்கள். நமது உடலில் எட்டு ஆதாரங்கள் உள்ளன. அதற்கு ஒவ்வொரு பெயர் உள்ளது. அஷ்டமா சக்திகளை அடைய, முன்பே நான் வழிகளைக் கூறியுள்ளேன். எருவாய்க்கும் (மலத்துவாரத்திற்கும்), இனக்குறிக்கும் இடையில் விநாயகர் இருக்கிறார். அங்கு வல்லமை படைத்த என் தாய் இருக்கிறாள். அதை முன்பே படத்தின் மூலமாக தெளிவாக விளக்கியுள்ளேன். அதேபோல் எட்டு சக்திகளும் தொடைக்கு மேலே பின்னப்பட்டு இருப்பதை படமாகக் கொடுத்துள்ளேன்.

இந்தப் படத்தில் காட்டியுள்ளவாறு பிரம்மா இருக்கின்றார். மேலும் அணிமா, மகிமா, லகிமா, கலிமா, ஈசத்துவம், வசித்துவம், பிராப்தி, பிராகாமியம் என்னும் எட்டுசக்திகளும், அவர்களின் வீடும் உள்ளது. நமது உடலை அவரவர் கையால் அளந்தால் எட்டு சாண் வரும். இதுவே இதன் பொருள். இதற்கு நடுவில்தான் பிரம்மா அமர்ந்து உள்ளார். படத்தில் தெளிவாகக் காட்டப்பட்டுள்ளது.

மகாபுருஷர் ஸ்ரீமத் ஸ்ரீதர் சுவாமிகள்



"பிறரிடம் குறை காணாதே!"
"உன்னில் உன்னைக் காண்"

நாயின் தூங்கும் ரகசியம்

காற்றே கடவுள் என்று மனிதன் தான் எண்ணுகின்றான். ஆனால் அந்த காற்றை நாம் என்றும் பின்பற்றி நடப்பதில்லை. ஆனால் நாய்கள் அனைத்தும் செயல் மூலமே நமக்குக் காட்டுகிறது.

இதுவே இந்த படத்தின் தோற்றம்.

எவ்வாறென்றால் பகலில் வலது புறம் கையை வைத்து தூங்கும் பொழுது சந்திரகலை ஓடும், சந்திர கலையில் வரும் காற்று குளிர்ச்சி, பகலில் சூரியன் சூடு, சூட்டுக்கும் குளிர்ச்சிக்கும் சரியாகி விடும்.

இரவில் இடதுபுறம் கையை வைத்து தூங்கும்பொழுது சூரியகலை ஓடும். அதில் வரும் காற்று சூடு. இரவில் வருவது நிலா. அந்த குளிர்ச்சிக்கும் சூட்டிற்கும் சரியாகிவிடும். ஆகையால் தான் நோய்கள் அதற்கு பற்றுவதில்லை. ஆனால் மனிதன் எப்பொழுதும் இடதுபுறம் கையை வைத்து தூங்குகின்றான். அப்பொழுது சூரியகலை ஓடும். உடலில் சூடு அதிகமாக இருக்கும் என்பதால் அதிக சூடு சூடு என்று சதா நேரமும் புலம்புகிறான். பகல் முழுவதும் சந்திரகலையும், இரவு முழுவதும் சூரிய கலையும் ஓடினால் நல்லது. இதைப் பின்பற்றி வந்தால் மிகவும் உத்தமம்.

நாய்க்கு உடலில் சூடு அதிகமாகஇருக்கும் பொழுது கால்வாய்களிலோ, குளங்களிலோ படுத்து இருக்கும். நாய்க்கு நோய் இருக்கிறது என்றால் அறுகம்புல்லை சாப்பிடும். சிறுதும்பையை சாப்பிடும். மங்சனத்தி இலை சாப்பிடும். இதை எத்தனையோபேர் கண்கூடாக பார்க்கலாம். அதுமட்டும் அல்ல நாய் தூங்கப் போகும் பொழுது மூன்று தடவை மண்ணை பூமியை பறிக்கும். அந்த தூசி எந்த திசையை நோக்கி செல்கிறதோ, அந்த திசைக்கு எதிர்புறம் தூங்கும்.

நாய் பூமாதேவியையும், மும்மூர்த்தியையும் வணங்கி படுக்கிறது. இப்படி பகுத்தறிவு இல்லாத நாய் அனைத்தையும் அறிந்து பின்பற்றுகிறது .

நாம் இதையெல்லாம் கண்கூடாகப் பார்க்கிறோமே தவிர இம் முறையை நாம் யாரும் பின்பற்றுவதில்லை. இதனால் தான் நோய் நமக்கு வருகின்றது. இனியாவது மூலிகைகள் வீட்டின் அருகில் இருந்தால் பிடுங்கி எறியாமல் காப்பீர்கள் என நம்புகிறோம்.

நாய் இந்த ரகசியத்தை கடைபிடிக்கிறது. ஆனால் இந்த நாய் சூட்டிற்கு வாரத்திற்கு கவர்மெண்ட் ஆஸ்பத்திரியில் போயா ஊசி போடுகிறது?





உடம்பே ! ஆலயம் உள்ளமே இறைவன் !

ஐயா, நமது உடம்பில் ஆறு ஆதாரங்கள் உள்ளது என்று சில நூல்கள் கூறுகிறதே. இதைப் பற்றி உங்களுடைய கருத்து என்ன?

நம் உடம்பில் 10 ஆதாரங்கள் உள்ளது என்று பல நூல்கள் கூறுகின்றன. அந்த 10 ஆதாரங்களையும் சித்தர்களே அடையவில்லை. இந்த 10 ஆதாரங்களை அடைந்தவர்கள் தெய்வத்திற்கு ஒப்பானவர்கள். சித்தர்கள் எட்டு ஆதாரங்கள் வரைதான் அடைந்திருக்கிறார்கள். ஆகையால் சித்தர்கள் 'அஷ்டமாசித்து' என்று கூறுகிறார்கள். இந்த அஷ்டமாசித்தை அடைந்தவர்கள் சித்தர்கள் மட்டுமே. ஆகையால் தான் அவர்களுடைய பெயர் இன்றும் பேசப்படுகின்றது. இன்னும் உலகம் இருக்கும் வரை அவர்கள் பெயர் பேசப்படும்.

இறைவன் நமக்கு ஆறு அறிவு கொடுத்துள்ளான். ஆறு சுவை கொடுத்துள்ளான். ஆறடி நிலம் கொடுத்துள்ளான். இவ்வாறு அனைத்தையும் ஆறாகவே கொடுத்துள்ளான். இதையெல்லாம் உணர்ந்த சித்தர்கள் ஆறு ஆதாரங்களை மட்டும் நமக்கு சொல்லி உள்ளார்கள். ஆகையால் தான் அனைத்து நூல்களிலும் ஆறு ஆதாரங்களுக்கு மட்டுமே வழி காட்டியுள்ளார்கள். இதில் நாங்கள் எட்டு ஆதாரங்களை பற்றி கூறியுள்ளோம். ஆனால் இந்த கலியுகத்தில் ஆறு ஆதாரங்களை அறிவதே கடினம். முதல் ஆதாரமான மூலாதாரத்தைக்கூட பல நூற்றாண்டாக யாரும் தொட்டதில்லை.



நாம் பல ஆலயங்களில் சென்று பூஜிப்பதை விட, நம் உடலே ஒரு ஆலயம் என்று யோசிப்பதே நல்லது. இந்த நூலைப் பார்த்த பிறகு நமது உடலே ஒரு ஆலயம் என்று நீங்கள் உணர்ந்திருப்பீர்கள்.

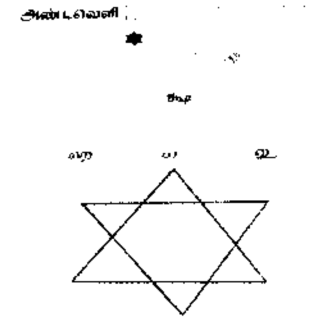
நமது உடலிலே தெய்வம் உள்ளது என்று சித்தர்கள் கூறியுள்ளனர். சிவ வாக்கியர் எனும் சித்தர் நாதன் நம்முள்ளே இருக்கிறார் என்று கூறுகிறார். அதாவது

"நட்ட கல்லைத் தெய்வமென்று நாலு புஷ்பங்சாத்தியே சுற்றி வந்து முணுமுணு வென்று சொல்லுமந்திர மேதடா?
நட்ட கல்லும் பேசுமோ நாதன் உள்ளிருக்கையில்சுட்ட சட்டி வங்கறிச் சுவையறியுமோ?"

என்று சிவவாக்கியர் மனிதனே ஒரு கோயில் என்று தெளிவாகக் கூறியுள்ளார். நமது உடலில் உள்ள ஆதாரங்களும் 51 இதழ்களும் படம் மூலம் விளக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த 51 இதழ்கள்தான் 51 சக்தி பீடங்களாக உருவாகி உள்ளது.

சிறு வயதிலேயே நம் உடலில் தான் தெய்வம் இருக்கிறது என்பதை இந்த நூல் மூலம் நீங்கள் உணர்ந்து விட்டீர்கள். ஆதலால் நீங்கள் மிகவும் பாக்கியம் செய்தவர்கள். ஆனால் பதினொன்றாம் நூற்றாண்டில் நமது உடலே ஆலயம் என்று வயது முதிர்ந்த காலத்தில் தான் உணர்ந்ததாக பட்டினத்தாரே கூறியுள்ளார். அவர் புலம்பிய புலம்பலை நீங்களே பாருங்கள்.

"மூலத்து உதித்து எழுந்த முக்கோண சக்கரத்துள்
வாலை தன்னை போற்றாமல் மதிமறந்தேன் பூரணமே !
உந்தி கமலத்தில் உதித்து நின்ற பிரம்மாவை
சந்தித்து காணாமல் நட்டழிந்தேன் பூரணமே !
நாபிக் கமல நடு நெடுமால் காணாமல்
ஆவிகெட்டு நானும் அறிவழிந்தேன் பூரணமே!
உருத்திரன் இருதயத்தை உண்மையுடன் பாராமல்
கருத்து அழிந்து நானும் கலங்கினேன் பூரணமே !
விசுத்தி மகேசுரனை விழிதிறந்து பாராமல்
பசித்து உருகி நெஞ்சம் பதறினேன் பூரணமே !
நெற்றி விழியுடைய நிர்மல சதாசிவத்தை
புத்தியுடன் பாராமல் பொறி அழிந்தேன் பூரணமே !
நாத விந்து தன்னை நயம் உடனே பாராமல்
போதை மயக்கிப் பொறி அழிந்தேன் பூரணமே !
உச்சி வெளியை உறுதியுடன் பாராமல்
அச்சமுடன் நானும் அறிவு அழிந்தேன் பூரணமே !
இடைபிங்கலை இனிய இயல்பு அறியமாட்டாமல்
தடை உடனே நானும் தயங்கினேன் பூரணமே !
ஊனுக்குள் நீ நின்று உலாவினதை காணாமல்
நான் என்று இருந்து நலம் அழிந்தேன் பூரணமே !





உடலுக்குள் நீ நின்று உலாவினதை காணாமல்
காடுமலை தோறும் திரிந்து காலுழந்தேன் பூரணமே !
என்னை அறியாமல் எனக்குள்ளே நீயிருக்க
உன்னை அறியாமல் உடல் அழிந்தேன் பூரணமே !
ஐந்து பொறியை அடக்கி உன்னைப் போற்றாமல்
நயந்து உருகி நெஞ்சம் நடுங்கினேன் பூரணமே !
வாசி தன்னைப் பார்த்து மகிழ்ந்து உனைதான் போற்றாமல்
காசிவரை போய் திரிந்து காலுழந்தேன் பூரணமே !
எனக்குள்ளே நீ இருக்க உனக்குள்ளே நான் இருக்க
மனக்கவலை தீர வரம் அருள்வாய் பூரணமே!

மரங்களின் மகிமை

ஐயா, எங்களுடைய தாத்தா, பாட்டையா காலங்களில் மாதம் மும்மாரி மழை பெய்தது என்று கூறினார்கள். ஆனால் அதே வானம் தான், அதே பூமிதான். ஏன் இப் பொழுது சரியாக மழை பெய்யவில்லை. தண்ணீர் பஞ்சம் வருகிறதே. இதற்கு ஏதேனும் காரணம் உண்டா?

ஆம். உண்டு. இதற்கு மரங்கள்தான் காரணம். உயிருள்ள மரங்கள் இல்லாததால் உயிரற்ற காற்றை சுவாசிக்கின்றோம். 70 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு 30 கோடி மக்கள் இருந்தனர். அப்பொழுது மக்களுக்கு அளவுக்கு மீறிய ஆக்சிஜன் காற்று மரங்கள் மூலம் கிடைத்தன. ஆனால் இப் பொழுது 103 கோடி மக்கள் இருக்கின்றனர். 70 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு இருந்த மரங்கள் கூட இப் பொழுது இல்லை. அன்று ஒருவர் சுவாசித்த காற்றை இப்பொழுது நாம் ஐந்து பேர் சுவாசித்துக் கொண்டு இருக்கின்றோம். இந்த நிலை இவ்வாறே நீடித்தால் பின்னாடி வரும் சந்ததிகள் இப்போது சமையலுக்கு எவ்வாறு கேஸ் சிலிண்டரை பயன்படுத்துகின்றோமோ அதே போல் உயிர் வாழ்வதற்கு ஆக்சிஜன் சிலிண்டரை பயன்படுத்தும் நிலைமை வந்து விடும். அந்த நிலைமை வரக்கூடாது என்பதற்காக நாங்கள் மரக் கன்றுகளை நடுங்கள் என்று பல இடங்களில் விழிப்புணர்ச்சி செய்து கொண்டு இருக்கிறோம். மகளிர் குழுக்களுக்கும், வனவியல் விரிவாக்க மையம் போன்ற இடங்களில் விழிப்புணர்ச்சி செய்து கொண்டு இருக்கின்றோம். குற்றாலத்திற்கு அருகில் உள்ள கடையநல்லூரில் பணியாற்றும் ரேஞ்சர் உயர்திரு அழகர்சாமி ஐயா அவர்களின் உறுதுணையாலும், மதுரையில் பணியாற்றும் ரேஞ்சர் உயர்திரு அமுல்ராஜ் ஐயா அவர்களின் உறுதுணையினாலும், வனவியல் விரிவாக்க மையங்களுக்குச் சென்று பல மகளிர் குழுக்களுக்கும், பொது மக்களுக்கும், விவசாயிகளுக்கும் மரங்களின் மகிமை பற்றி விழிப்புணர்வு செய்து வருகின்றோம். இவ்வாறு மக்களுக்கு தொண்டு செய்யவும், விழிப்புணர்ச்சி செய்யவும் வாய்ப்புக் கொடுத்ததற்கு இருவர்களுக்கும் நாங்கள் எங்களது வாழ்நாள் இறுதிவரை கடமைபட்டுள்ளோம்.

மேலும் பல இடங்களில் எங்களுடைய சொந்த செலவில் மரங்களை நட்டு வைத்து வளர்த்து வருகின்றோம்.

நம் தமிழ் நாட்டில் மட்டும் 6 ½ கோடி மக்கள் உள்ளனர். ஒவ்வொரு வரும் ஒரு மரம் நட்டினால்கூட 6 ½ கோடி மரங்கள் ஆகிவிடும். இம் மரங்களை சாலை ஓரங்களில் நீங்கள் ஊன்றி வைக்காவிட்டாலும் பரவாயில்லை. உங்கள் வீட்டிற்கு அருகிலாவது உங்களுக்கு நல்ல ஆக்சிஜன் காற்று கிடைக்கும்படி ஊன்றி வைக்கலாம்.

இவ்வாறு 6 ½ கோடி மக்களும் 6 ½ கோடி மரங்களை நட்டு வளர்த்து விட்டால் நம் தமிழ்நாட்டில் தண்ணீர்ப் பஞ்சம் என்பதே இருக்காது. பின் வரும் சந்ததிகள் நல்ல ஆக்சிஜன் காற்றை சுவாசித்து நோயில்லாமல் வாழ்வார்கள். இந்த நாடும் வல்லரசு ஆகும்.

"அரை நூற்றாண்டு மரம் ஐம்பது இலட்சத்திற்கு சமம்"

பிராண வாயு உற்பத்தி	..	2.5
காற்று மண்டலத்தை சுத்திகரித்தல்	..	5.0
ஈரப்பதத்தை காத்தல்	..	3.0
மண் வளத்தை காத்தல்	..	2.5
விலங்கு பறவைகளுக்கு புகலிடம்	..	2.5
தாவர உரம்	..	0.2
பூ, காய், கனிகளின் மதிப்பு	..	0.5

ஒருவர் இறந்த பிறகு அவர்களுக்கு கல்லறை கட்டுவதற்கு பதிலாக அவர்களை புதைத்த இடத்தில் அவர்கள் நினைவாக ஒரு மரத்தை நடுங்கள். அவர்கள் உடல் மக்கி அந்த மரத்திற்கு உரமாகி மரத்தின் மூலமாக மக்களுக்கு ஆக்சிஜனை கொடுப்பார்கள். அந்த மரத்தை பார்க்கும் பொழுதெல்லாம் அவருடைய ஆன்மா இம்மரத்தில் வாழ்வதாக நீங்கள் உணர்வீர்கள். இதனால் வீட்டிற்கும் நல்லது, நாட்டிற்கும் நல்லது.

மேலும், பசும்பால் ஒரு லிட்டர் 9 ரூபாய், 10 ரூபாய். ஆனால் 1 லிட்டர் தண்ணீர் பாட்டிலின் விலை 13 ரூபாய், 14 ரூபாய். குடிநீரை மட்டும் நாள் ஒன்றுக்கு 32 கோடி ரூபாய்க்கும் அதிகமாக இன்று உலகில் விற்பனையாகின்றன என்று ஒரு கணக்கெடுப்பு சொல்கிறது. இந்தளவுக்கு குடிநீரை விற்கும் நிலை வந்து விட்டது. இந் நிலை மாறவேண்டும் என்றால் தண்ணீர் வேண்டும். தண்ணீர் வேண்டும் என்றால் அங்கு மரங்கள் வேண்டும். மரங்கள் வேண்டும் என்றால் மரத்தை ஊன்றுவதற்கு மனிதனிடம் மனங்கள் வேண்டும். மனங்கள் வந்துவிட்டால் உலகமே மகிழ்ச்சி அடையும்.

மரங்கள் மனிதனுக்கு வெயிலில் இளைப்பாற நிழல் தருகின்றன. மனிதன் பசிக்கு உணவு தருகின்றன. வீடு கட்டுவதற்கு உதவு கின்றன. நோய்க்கு மருந்து தருகின்றன. மனிதன் சுவாசிப்பதற்காகக் காற்றை சுத்தப்படுத்தித் தருகின்றன. மேகங்களிடம் கை விரித்து மனிதனுக்காக மழையைப் பிச்சையாகக் கேட்கின்றன. மரங்கள் மனிதனுக்கு குழந்தைப் பருவத்தில் தொட்டிலாகின்றன. நடை பழகும் பருவத்தில் நடை வண்டிகளாகின்றன. மணப் பருவத்தில் கட்டிலாகின்றன. வயோதிகப் பருவத்தில் ஊன்று கோலாகின்றன. இறந்த பிறகும் பாடையாகின்றன. மரங்களின் மகிமையை இன்னும் சொல்லிக் கொண்டே போகலாம்.



மனித நேயத்தை விதைத்து மரங்களை நடுங்கள்

மனிதா!
சதைகளைத்தான் புதைத்து விட்டோம்
ஆனால் மனங்களை புதைக்கவில்லை
மனங்கள் நம்மோடு வாழ
அங்கே மரங்களை நடுங்கள்!
மானிட மரணத்திற்கு
ஒரு மறு பிறவியை கொடுங்கள்!
நாம் மறைந்தாலும்
மரங்கள் நம் பெயர் சொல்லட்டும்!
வெட்டத் துடிக்கும்
கைகள்
நட்ட துடிப்பதில்லையே!



வளமான தேசம்
வறண்டிடலாமா!
பசுமை பாரதம்
பாலைவனமாகலாமா!

நீராடி துவட்டும் முறை

நாம் குளிக்கும் பொழுது, உடலில் நீர் பட்டவுடன், நம் உடலில் உள்ள தேவதைகள் அனைத்தும் வெளியேறிவிடும். குளிக்கும் போது நம் முன் அனைத்து தேவதைகளும் (மூதேவி உட்பட) அமர்ந்திருப்பார்கள். எங்கேயும் மூதேவிக்குத் தான் முதலிடம். எனவே குளித்துவிட்டு எந்த இடத்தில் துணி வைத்து துவட்டுகிறோமோ, அந்த இடத்தில் மூதேவி வந்து அமர்ந்து கொள்வாள். எனவேதான் நம் முன்னோர்கள் குளித்து முடித்தவுடன் முதலில் முதுகை துவட்டி "மூதேவியே முதுகுக்குப் போ" என்று கூறி துடைப்பர். இதற்கு முன்னோர்கள் ஒரு கதையும் கூறுவர்.

நம் உடலில் அனைத்து தேவதைகளும் (ஸ்ரீதேவி, மூதேவி உள்ளிட்டோரும்) நாம் குளிக்கும் முன்பு நம் உடலில் அமர்ந்திருப்பர். நாம் குளிப்பதற்காக நம் உடலில் தண்ணீரை ஊற்றும் பொழுது இருவரும் (ஸ்ரீதேவி, மூதேவி) முதலில் வெளியேறுவர். பின் குளித்து முடித்தவுடன் நம் உடலில் யார் முதலில் போய் அமர்வது என்ற போட்டி வரும். இப் போட்டிக்கு தீர்வு காண இருவரும் பிரம்மனிடம் செல்கின்றனர். பிரம்மன், குளித்து முடித்தவுடன் எந்த இடத்தில் துணியால் துடைக்கிறானோ அந்த இடத்தில் மூதேவி அமர்ந்து கொள்ளவேண்டும். பிறகு ஸ்ரீதேவி மற்ற இடங்களில் அமர வேண்டும் என்று முடிவைக் கூறினார். குளித்து முடித்தவுடன் பலர் முகத்தைத் தான் துடைப்பர். எனவே மூதேவிக்கு முதலிடம் என்பதால் மூதேவி முகத்தில் வந்து அமர்ந்து கொள்வாள். இதனால் முகம் களை இழந்தும், சோம்பலாகவும் இருக்கும். எனவே முதுகை முதலில் துவட்டி மூதேவியை முதுகிற்கு விரட்ட வேண்டும். இதனையே படம் விளக்குகிறது. இது ஏடுகளில் இருந்து எடுக்கப்பட்டது.

இல்லற இயல்பு

ஐயா, இதுவரை நீங்கள் சொல்லிய விஷயங்கள் அனைத்தும் புதுமையாகவும், அருமையாகவும் இருந்தது. நேரம்போனதே தெரியவில்லை. இன்றைய சூழ்நிலையில் இல்லறம் என்பது முக்கியமான விஷயமாக இருக்கிறது. இல்லறம் பற்றி கொஞ்சம் விரிவாக கூறுங்களேன்.

அருமையான கேள்வி கேட்டுள்ளீர்கள். இன்றைய சூழ்நிலையில் இல்லறம் என்பது முக்கியமான விஷயம்தான். இதுபற்றி கொஞ்சம் விரிவாகத்தான் சொல்ல வேண்டும். இல்லறம் என்பது கணவன் மனைவி ஒன்று சேர்வது. முன்னோர்கள், திருமணமான தம்பதிகள் முதலிரவில் ஒன்று சேர நல்ல நாள், நேரம், நட்சத்திரம் பார்த்துதான் ஒன்று சேர விடுவர். ஏனெனில் அப்பொழுது தான் நல்ல அறிவுள்ள, ஆரோக்கியமான குழந்தை பிறக்கும்.



ஆனால் தற்பொழுது திருமணமானவுடன் முதலிரவில், நல்ல நேரம், நாள், நட்சத்திரம் எதுவும் பார்க்காமல் ஒன்று சேர்ந்து விடுகின்றனர். இதனால் அறிவு மந்தமுள்ள, ஆரோக்கியம் குறைந்த குழந்தைகளே பிறக்கிறது. சாப்பாடு சாப்பிட்ட பின் 4 மணி நேரம் கழித்துதான் ஒன்று சேர வேண்டும். சாப்பிட்ட சில மணி நேரத்திற்குள் ஒன்று சேரக்கூடாது. அப்படி ஒன்று சேர்ந்தால் வயிற்றில் ஜீரணம் ஆகாமல் இருக்கும். ஆகையால் அல்சர் வந்துவிடும். கிட்னி பாதிக்கப்படும்.

உதாரணமாக இப்பொழுதும் சில அந்தணர்கள் (பிராமணர்கள்) கடைபிடித்து வருகிறார்கள். இரவு நேரத்தில் சாந்தி முகூர்த்தம் வைத்திருக்கிறார்கள் ஏனென்றால், அவர்கள் புது தம்பதியாக இருப்பதால் இவர்கள் பல விசயங்களைப் பற்றி அதிகாலை வரையில் பேசிக்கொண்டிருப்பர். அதற்கு பிறகு ஒன்று சேரும்போது உள்ளே ஜீரண சக்தியும் செமித்திருக்கும். ஏன் என்றால் இரவு 9 மணி, 10 மணிக்கு ஒன்று சேர்ந்தால் ஆணின் வெதர் தொங்கியிருக்கும். அப்படி தொங்கியிருந்தால் உடம்பில் அதிக உஷ்ணம் இருக்கும் என்று அர்த்தம். ஆகையால் அப்பொழுது தன்னுடைய மனைவியிடம் ஒன்று சேரும்போது உஷ்ணம் அதிகமாக இருப்பதால் விந்து சீக்கிரமாக வெளியேறிவிடும். ஆகையால் பெண்ணின் மர்ம உறுப்பின் வழியாக வடிந்து விடும். ஆகையால் விடியற்காலையில் ஒன்று சேர்ந்தால் ஆணின் வெதர் சுருங்கிப்போய் இருக்கும். அந்நேரம் ஒன்று சேரும்போது அதிக நேரம் நீடிக்கும். மனைவியையும் சந்தோசப்படுத்த முடியும். அப்பொழுது மேலே இருக்கும் செவ்வாய் கிரகம் திறந்துவிடும். உடம்பில் உள்ள ஏழு தாதுக்களும் திறந்துவிடும். அப்பொழுது கருத்தரித்தால் அறிவும், ஆற்றலும் உள்ள குழந்தை பிறக்கும். ஆனால் ஆண்டவன் அந்த நேரத்தில் நம்மளை மரணத்தூக்கத்தில் விடுவான். அதையெல்லாம் பொருட்படுத்தாமல் நீங்கள் அதிகாலையில் ஒன்று சேரும் போது ஆடை இருக்கக்கூடாது. வெளிச்சங்கள் எதுவும் இருக்கக்கூடாது. குத்து விளக்கு மட்டும் எறிய வேண்டும். அது எவ்வளவு பிரகாசமாக எறிகிறதோ, அவ்வளவு பிரகாசமாக குழந்தை பிறக்கும். புளிப்பான ஆகாரம் சேர்க்கக்கூடாது. உடனே விந்து வெளியேறிவிடும். எலும்மிச்சம் பழம் சேர்க்கக்கூடாது. இனிப்பு அதிகம் சேர்க்கக்கூடாது. உதாரணமாக ஒரு பசுமாடு இரண்டு லிட்டர் பால் கறக்கிறது என்றால், 1கிலோ சீனியை தண்ணீரில் கலந்து மாட்டிற்கு கொடுத்தால் அது 3 லிட்டர் 4லிட்டர் கறக்கும். அதேபோல் ஒருவருக்கு இரத்தம் சொட்டு சொட்டாக வடிகிறது என்றால் சீனியை அள்ளி வாயில் போட்டால் இரத்தம் வேகமாக வெளியேறும். அது மட்டுமல்ல உங்கள் வீட்டில் ஸ்டவ் அணைந்து விட்டது என்றால் தீப்பெட்டியை எடுத்து பற்ற வைக்கவேண்டும். ஆனால் கொஞ்சம் சீனியை எடுத்து எறிந்தால் அது கப்பென்று தீப்பிடிக்கும். அப்பேற்பட்ட எறிக்கக்கூடிய அந்த சீனியை சாப்பிட்டால் என்ன ஆகும் என்று சிந்தித்து பாருங்கள்.

அதுமட்டுமில்ல, ஒரு நாய் ஏழெட்டு குட்டி போடும். அதில் 2, 3 எல்லாவற்றையும் தூக்கி எறிந்துவிட்டு பால் குடிக்கும். அதில் 2 குட்டி புஷ்க்கு, புஷ்க்குன்னு போய் படுத்துக்கும். ஆனால் அதில் 2 குட்டி எனக்கென்னான்னு கிடக்கும். ஏனென்றால் அது குட்டி போட்ட உடனேயே அத்தனை குட்டியுடைய முகத்தைப் பார்க்கும். பார்த்த உடனே இந்தந்த குட்டி இந்த மண்ணில் வாழத் தகுதியிருக்கு. இந்த குட்டிக்கு மூளை வளர்ச்சி கிடையாது. இந்த மண்ணில் இதால வாழ முடியாது என்று எண்ணி குட்டி போட்ட உடனே மூளை வளர்ச்சி இல்லாத குட்டிகளை அது சாப்பிட்டு முழுங்கி விடும். ஆனால் அக்கம் பக்கம் பார்ப்பவர்கள் பசிக்காக சாப்பிடுகிறது என்று எண்ணுவார்கள். ஆனால் அது அல்ல. அது பின்னாடி தன்னுடைய குழந்தை வாழ முடியாது என்பதை உணர்ந்து அது முன்னாடியே சாப்பிட்டு விடுகிறது. அது பின்னாடி என்ன நடக்கிறது என்பதை முன்கூட்டியே அறிய முடிகிறது. உதாரணமாக சுனாமியின் போது அந்தமான், நிக்கோபார் போன்ற தீவுகளில் இருந்த ஜீவராசிகள் அனைத்தும் மேட்டுக்கு ஓடி விட்டது. மனிதன் மட்டுமே அழிந்தான். அந்த உணர்வு ஜீவராசிக்கு மட்டுமே உண்டு. ஆகையால் இதெல்லாம் உணர்ந்து இதில் எழுதப்பட்டுள்ள அனைத்தையும் கடைபிடித்தால் இல்லறம் நல்லறமாக மாறும். அதேபோல் ஒரு பெண் எட்டு மாதமாக இருக்கும்போது கணவன் விபத்தில் இறந்துவிடுகிறான். குழந்தை பிறந்த நான்கு மாதம் கழித்து தாய் இறந்துவிடுகிறார்கள். ஆனால் அக்கம் பக்கத்தில் உள்ளவர்கள் 'தருதல, வயித்தில இருக்கும்போது அப்பன

முழுங்கிடுச்சு, பிறந்து ஆத்தாள முழுங்கிடுச்சு' என்று அந்தக் குழந்தை மேல் பழிபோடுவார்கள். ஆனால் அது அல்ல. சரியான நேரத்தில், கிரகத்தில் ஒன்று சேர்ந்து இருந்தால் இவர்களும் 100 வயது வரை வாழ்ந்து இருப்பார்கள். அந்த சரீர சுகத்திற்காக குழந்தையையும் அனாதையாக்கி விட்டு போய்விட்டார்கள். ஆனால் இருவரும் மனம் சந்தோஷமாக இருக்கவேண்டும். ஏனென்றால் முதன் முதலில் தம்பதிகளாக இருக்கும் போது மோகம், அச்சம் ஆகிய உணர்வுகள் அதிகமாக இருக்கப்படும். அப்படி மனம் சஞ்சலமாக இருக்கும் நேரத்தில் ஒன்று சேர்ந்து கருத்தரித்தால் அந்தக் குழந்தை இரண்டு புத்தி, மூன்று புத்தியாக திரியும். ஆனால் அதற்கு பின்பு ஒரு வருடம், இரண்டு வருடம் கழித்து அந்த மோகங்கள் அதிகமாக இருக்காது. அப்பொழுது சந்தோஷமாக இருக்கணும் என்ற வெறியும் இருக்காது. அப்பொழுது அவர்கள் இரண்டு மனமும் ஆர அமர்ந்து பல கதைகளை பேசி விட்டு அதற்கு பிறகு சரீர சம்பந்தப்படுவார்கள். ஆகையால் தான் பலபேர் வீட்டில் மூத்த பிள்ளை கோழையாகவும், மந்தமாகவும், சோம்பலாகவும் இருக்கும். ஆகையால் முன்னோர்கள் சொன்னார்கள் 'மூத்தவன் கோழை, இளையவன் காளை' என்று சொன்னார்கள். மேலே ஒரு படத்தை கொடுத்து உள்ளோம். உதாரணமாக 10 வயது பெண் வயதுக்கு வந்து விட்டது. 11 வயதில் கட்டிக்கொடுக்கிறார்கள். 12 வயதில் குழந்தை பிறந்தது. அந்த பெண்ணை கூப்பிட்டு இந்தியாவில் எத்தனை மாநிலம் உள்ளது என்று கேட்டால், 'எனக்கு தெரியலை என்று கூறுகிறது' அதுவே குழந்தையா இருக்கு. அது ஒரு குழந்தையை பெற்று எடுத்தால், அந்தக் குழந்தைக்கும் என்ன அறிவு இருக்கும். இந்த நாடு பின்னாடி அவர்களுடைய கையில். இந்த சிறுவயதில் தன்னுடைய கணவரிடம் எப்படி அனுசரித்து நடக்க வேண்டும் என்று தெரியாது. நெளிவு சுளிவாக நடக்க வேண்டும் என்ற பக்குவ நிலை வராது. தன்னுடைய தாய் தகப்பனார் வீட்டில் எப்படி விளையாட்டுப் பிள்ளையாக இருந்தாலோ, அப்படித்தான் தனது கணவரது வீட்டிலும் இருப்பாள். இதனால் பிரச்சினைகள் அதிகமாக வந்துகொண்டேயிருக்கும். இப்படியெல்லாம் சிறுவயதில் கட்டிக்கொடுத்தால் இந்த மாதிரி நடக்கும். ஆகையால் தான் அந்தணர்கள் பெண்ணுக்கு 23 வயதிலும், ஆணுக்கு 25 வயதிலும் திருமணம் பண்ணுவார்கள். அப்பொழுது அந்த அணுக்கள் மிகவும் தேர்ச்சியாகவும், அறிவும் ஆற்றலும் மிகுந்ததாக இருக்கும். இதேபோல் நடந்தால் அரசாங்கத்துக்கும் 5000 கோடி ரூபாய் செலவும் வராது. உங்கள் குழந்தையும் மூளை வளர்ச்சி குறைவாகவும் பிறக்காது. கணவன், மனைவிக்கும் எந்த நோய்களும் அணுகாது. நீங்களும் இல்லறத்தில் இருக்கும் போது மனம் சந்தோஷமாக இருக்கலாம். இந்த நூலை படித்த பிறகு உங்கள் மனதை பாதிக்கும் என்று எதிர்பார்க்கிறோம்.

ஒழுக்க விதிகள்

- ❖ பெரியோர் சொல்லை மதித்து நடக்க வேண்டும்
- ❖ உணவு உண்ணுவது சூரியகலையில் உண்ண வேண்டும்
- ❖ உறங்கும் பொழுது எந்த கலையில் சுவாசம் ஓடுகிறதோ அதில் உறங்க வேண்டும்.
- ❖ வருடத்திற்கு இரு முறை பேதிக்கு மருந்து சாப்பிட வேண்டும்.
- ❖ வருடத்திற்கு 48 நாட்கள் மௌன விரதம் இருக்க வேண்டும்.
- ❖ மாதத்திற்கு இரு முறை பெண்ணிடம் புணர வேண்டும்.
- ❖ வாரம் இரு முறை எண்ணெய் தேய்த்துக் குளித்தல் வேண்டும்.
- ❖ வாரத்திற்கு இரு முறை கீரை, வாழைத் தண்டு சாப்பிடல் வேண்டும்.
- ❖ ஒரு நாளைக்கு இரு வேளை மலம் கழிக்க வேண்டும்.
- ❖ விந்து என்பது ஆத்ம ஜலம். அதனை வீணாக்காமல் பாதுகாத்தல் வேண்டும்.
- ❖ மாற்றான் மனைவியை மனதால் கூட எண்ணக்கூடாது.
- ❖ போதை வஸ்துகளை உபயோகிப்பவரிடம் பழகக் கூடாது.
- ❖ எல்லோரிடமும் நல்ல அன்போடு பழக வேண்டும்.
- ❖ தான் என்ற அகந்தை ஒரு பொழுதும் ஆகாது.
- ❖ பிறரிடம் குறை கூறாதே, பிறரிடம் குறை காணாதே.
- ❖ உலக உயிரெல்லாம் தன்னுடைய உயிராக எண்ணுதல் வேண்டும்.
- ❖ வாழும் உயிரினம் அனைத்திற்கும் நன்மையே செய்தல் வேண்டும்.
- ❖ உனது உயிரையும் பொருட்படுத்தாமல், நோய் வாய்ப்படுபவர் நலம் காக்க பாடுபட வேண்டும்.
- ❖ எப்பொழுதும் நல்லொழுக்கமும், பக்தியுமுள்ள நண்பர்களுடன் மட்டும் பழகுதல் வேண்டும்.
- ❖ அனைவரிடமும் அன்பு, தியாகம், மனம் மெய்வாக்கின் அடக்கம் கொள்ளுதல் வேண்டும்.
- ❖ உனக்குத் தீங்கிழைப்பவர்க்கும் நன்மையே செய்தல் வேண்டும்.
- ❖ வறுமை, வருத்தம், சோர்வு, நோய், இவற்றால் பாதிக்கப் பட்டவர்களுக்கு உதவுதல் வேண்டும்.
- ❖ எவரையும் ஒரு பொழுதும் எதிரியாகக் கருதல் கூடாது.

- காமத்தையும், கோபத்தையும் அறவே என்னிடமிருந்து நீக்கி விடு என்று இறைவனிடம் முறையிடுதல் வேண்டும்.
- 1 நாளைக்கு 1 மணி நேரம் தூங்கினால் 1000 வருடம் உயிரோடு வாழலாம்.
- 1 நாளைக்கு 3 மணி நேரம் தூங்கினால் 300 வருடம் உயிரோடு வாழலாம்
- தூங்கும் போது 34 அங்குலம் காற்று வெளியேறும். கடவுள் கடவுள் என்பது காற்றுதான். இதை நம் கட்டுப்பாட்டுக்கு கொண்டு வந்தால் நீண்ட நாள் உயிர் வாழலாம் என்று சித்தர்கள் கூறியுள்ளார்கள்.
- ஒருவர் 12 வயதுக்கு மேல் இரவு நேரத்தில் ஆடையில்லாமல் தூங்கக்கூடாது
- குளம், குட்டையில் குளிக்கும் போது ஆடையில்லாமல் குளிக்கக்கூடாது.
- தெய்வ வழிபாடு, முறைபாடு, நல்ல குணபாடு, அனைத்தையும் கடைப் பிடிப்பதே நம் பண்பாடு.

பல் தேய்க்கும் முறை

- நாயுருவி வேரில் பல் தேய்க்க முகம் வசீகரமாகும்.
- ஆலம் விழுதில் பல் தேய்க்க லட்சுமி கடாட்சம் உண்டாகும்.
- வெள்ளை ஆதாலை வேரில் பல் தேய்க்க வாய் துர்நாற்றம், வாய்ப்புண் நீங்கும். பல்லுக்கு ஒளி உண்டாகும்.
- செங்கல் தூள், மண், சாம்பல், அடுப்புக்கரி இவைகளில் பல் தேய்த்தால் லட்சுமி வீட்டைவிட்டு வெளியேறி மூதேவி வீட்டுக்குள் வந்து விடுவாள் என்று பல நூல்கள் கூறுகின்றன.

முடி வெட்டக்கூடிய நாட்கள்

திங்கள், புதன்	-	முடி வெட்டலாம்
செவ்வாய்	-	சகோதர தோஷம்
வியாழன்	-	பிள்ளை தோஷம்
வெள்ளி	-	மனைவி தோஷம்
சனி	-	வறுமையை சந்திக்கும் தோஷம்
ஞாயிறு	-	தாய், தந்தை தோஷம்

மலம் கழிக்கும் முறை

காலையில் கிழக்கு திசை நோக்கி அமர்ந்து மலம் கழித்தல் கூடாது.

மாலையில் வடக்கு திசை நோக்கி அமர்ந்து மலம் கழித்தல் கூடாது.

வஸ்திர தன்மை

வெண்பட்டு :

அதிசுரமும், குளிரும் வாத நோயும் போகும். பெண் வசியமும், ஒளியும் வனப்பும் உண்டாகும்.

வெள்ளை :

வாத தோஷங்களும், வியர்வையும் விலகும். ஆயுள் விருத்தி, லட்சுமிகடாக்ஷசம், வனப்பு, மகிழ்ச்சி, அறிவு, பலம் இவையுண்டாகும்.

சிவப்பு :

அதிபத்தியம், உட்சூடு, தருணசுரம், வமனம், அரோசகம், சிலேஷ்ம கோபம், காசம் இவைகளில் ஏதேனும் ஒரு ரோகம் இருப்பின் சிவப்பு வஸ்திரம் உடுத்த ரோகம் விருத்தியடையும்.

மஞ்சள் :

வாதநீர் சுளுக்கு, இருமல், மாறாத்தினவு, தினிச்சுமை, மலபந்தம் நீங்கும்.

பச்சை :

உட்சூடு சிலேஷ்ம தோஷம் போகும். கண்ணுக்குக் குளிர்ச்சி தேக பூரிப்பு உண்டாகும்.

கருப்பு :

இருமல் சுரம் , மகாசர்ப்பருஞ்ச, அக்கினிமந்தம் , பயித்தியம் தீரும்.

கஞ்சி விதி

1வது விதி

பசும்பால், பச்சரிசி சேர்த்துக் காய்ச்சிய கஞ்சியை சாப்பிடுவோர்களுக்கு பித்த எரிவு நீங்கும். சுக்கிலம் விருத்தியாகும். தாது புஷ்டிக்கும், தேகம் பூரிக்கும். புத்தி அதிகரிக்கும்.

2வது விதி

கோதுமைக் கஞ்சியானது வாதசாரம், ஜலதோஷம், கபம், ஜன்னி பாதம் இவைகளை விலக்கும். தேகத்திற்கு வன்மை தரும்.

3வது விதி

கொள்ளு (காணப்பயிறு) அரிசியில், காய்ச்சிய கஞ்சியானது அதிக பசிதிபனம் உண்டாகும். எள்ளை கையினால் கசக்கிப் பிழியும் பலமும் அதற்கு தக்க வீரியத்தை கிழவர்களுக்கும் உண்டாக்கும்.

4வது விதி

வடிகஞ்சி என்பது, சாதத்தில் இருந்து வடிக்கப்பட்ட கஞ்சியாகும். வாத சம்மந்தப்பட்ட நோய்கள் கேட்கும். மேலும் விழிகளுக்கு குளிர்ச்சியைத் தரும். பித்த கோபம் நீங்கும். உடற்பூரிக்கும், சாதம் வேகும் போது மீதி வடிக்கின்ற வடிதண்ணீர் கருங்கைப் போக்கும்.

5வது விதி

பஞ்சவகை கஞ்சி என்பது துவரை, உளுந்து, கடலை, சிறு பயறு, பச்சரிசி, இவைகள் ஐந்தும் வகைக்கு ஒரு கைப்பிடி எடுத்து தனித்தனியே சீலைகளில் முடிந்து ஒரு பாத்திரத்தில் இரண்டு படி ஆத்து தண்ணீர் விட்டு அதில் மேற்படி முடிச்சுகளைப் போட்டு அதில் ஒரு பங்காய் காய்ச்சி இறக்கி நீடித்த லங்கணக்காரர்கள் லங்கண்முடிவில் இரண்டு மூன்று வேளை அருந்தினால் திரிதோஷ விகாரங்களும் அணுகாது. காசம் இளைப்பு ஆகியவை நீங்கும்.

அன்ன விதி

பச்சரிசி அன்னம்

பச்சரிசி அன்னமானது சரீரத்தில் பலத்தை உண்டாக்கும். பித்த கோப கிரிச்சனத்தை நீக்கும். குழந்தைகளுக்கு மட்டும் மந்தம் உண்டாகும்.

புழுங்கலரிசி அன்னம்

புழுங்கலரிசிச் சாதம் புசிப்பவர்களுக்கு வாத, கோபம் முதலிய பற்பல வலிய ரோகங்கள் யாதொன்றும் இல்லை. நோயாளிக்கும் கொடுக்கலாம்.

சுத்த அன்னம்

சுத்த அன்னம் என்பது பழைய அரிசியை நொய் தவிடு முதலியவை போகும்படி நன்றாய் தீட்டி இளம் வென்னீரில் மூன்று முறை கழுவி, துணியில் கொட்டி சற்றே ஆற வைத்து ஒரு பாத்திரத்தில் அரிசிக்கு மூன்று பங்கு நீர் விட்டு அடுப்பேற்றி நீர் கொதிக்குமட்டில் காய்ச்சி அரிசியைப் போட்டு முக்கால் பதமாக வெந்தவுடன் கரண்டியால் விளாவி வடித்துக் கொண்டு மறுபடியும் சிறு தீயில் வைத்து பக்குவமான பதத்தில் இறக்கிக் கொள்ளுவதே. அவ்வன்னத்துடன் நான்கு கறி வகைகளைச் சேர்த்து புசித்துவரில் வாத பித்த சிலேத்துமம் என்னும் மூவித ரோகங்களையும் விலக்கும். மூவித தேக கட்டும் உத்தமம். குடலைப் பற்றிய ரோகங்கள் மற்றும் மூலத்தையும் நீக்கும்.

இறைச்சி வகை

ஐயா, சிலர் மாமிசம் சாப்பிடக்கூடாது என்கிறார்கள். சிலர் சாப்பிடலாம் என்கிறார்கள். இதைப் பற்றி நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள்?

இறைவன் படைக்கப்பட்ட 84 லட்சம் ஜீவராசிகளும் மனித இனத்துக்காக படைக்கப்பட்டதுதான். எடுத்துக்காட்டாக பூனையிலிருந்து புனுகு எடுக்கப்படுகிறது. மாட்டிலிருந்து கோரோசனை எடுக்கப்படுகிறது. கோழி எச்சம், புறா எச்சம் பல நோய்களுக்கு பயன்படுகிறது. நான் இதைப்பற்றி பின்னே கூறுகிறேன். முற்காலத்தில் பக்கவாதம் வந்தால் பச்சைப்புறா கறி சாப்பிட்டால் சரியாகிவிடும் என்று சாப்பிட்டார்கள். அதேபோல் ஒவ்வொரு உயிரினங்களும் ஒவ்வொரு நோய்க்கு பயன்படும் என்பதை சித்தர்கள் எழுதி வைத்துள்ளார்கள். இதனை பின்னால் வரும் சந்ததிகள் எல்லா கறியும் சாப்பிட்டால் எந்த நோயும் வராதே என்று எண்ணி சாப்பிட ஆரம்பித்து விட்டார்கள். சித்தர்களும், ஞானிகளும் மாமிசத்தை சாப்பிடு என்று சொல்லவில்லை. ஒவ்வொரு விதமான மாமிசத்திற்கும் ஒவ்வொரு தன்மை உண்டு என்றுதான் கூறியிருக்கிறார்கள். உதாரணமாக,

வெள்ளாட்டு இறைச்சியின் குணம்

வெள்ளாட்டு இறைச்சியை உண்பவர்க்கு உட்சுரங்களும், வாத பயித்தியமும், க்ஷயமும் போகும். சரீர புஷ்டியும் வீரியமும் உண்டாகும்.

மான் இறைச்சியின் குணம்

மான் இறைச்சியை தொந்த நோய், ஈளை மாமிச பகந்தரம், கழல்வாயு, வாதப்படை இவை போகும். கண் புகைச்சலும் பித்தமும் போகும்.

ஊர்ப்பன்றி

ஊர்பன்றி இறைச்சியை உண்பவர்க்கு வாத பித்த தொந்தம் விரணம், சுக்கிலம், சிலேஷ்மகோபம், விலுவிலப்பு முதலிய பலவித ரோகங்கள், மருனாதுக்கம், ஔஷதக்கெடுதி ஆகிய இவைகள் உண்டாகும்.

முள்ளம் பன்றி இறைச்சியின் குணம்

காட்டுப் பன்றி, முட்பன்றி, இவ் இறைச்சிகள் குணத்தில் நன்றாயிருந்தாலும், முட்பன்றி வன்மை மிகுத்தலால் எந்தப் பன்றியும் இதற்கு நிகரல்ல.

முயல் இறைச்சியின் குணம்

முயல் கறியால் விரைவாகிய நடைகள் உண்டாகும். பயித்தியம். சளி, இருமல், மகாசுவாசம், வாய்வு மலச்சிக்கல் நீங்கும்.

உடும்பு இறைச்சியின் குணம்

இயல்பாகத் துவர்ப்பும், இனிப்பும் உள்ள உடும்பு இறைச்சியினால் தூர்ப்பலம், வீக்கம், சொறி, கிரகணதோஷம், சிரசு, காதுகளில் நோய், உடல்சூடு, குஷ்டம், விரணம், க்ஷயம், பிரமேகம், வெள்ளை, மூலம், குடல்வாதம், வாதபித்தம், பேதி, இவைகள் விலகும்.

புலி இறைச்சியின் குணம்

புலி இறைச்சியினால் உன்மாத ரோகம் போகும்.

மாட்டு இறைச்சியின் குணம்

மாட்டு இறைச்சி உண்டால் சகல நோய்களும் உண்டாகும்.

எலி இறைச்சியின் குணம்

எலி இறைச்சி குன்மம், பிலிகம், மார்பு வலி, பிளவை, தினவு இவைகளை நீக்கும், பூரிப்பு வீரிய விருத்தியைத் தரும்.

கோழி இறைச்சியின் குணம்

சூடுள்ள கோழிக் கறியை உண்டால் ஔஷத வேகம், மகாவாதம், சுவாசம், தேகக் கடுப்பு, மந்தாக்கினி மூலம், இவைகள் போகும், சுக்கிலம், கொழுப்புள்ள விரணம், பித்தம் இவைகளுண்டாகும். உடம்பு இளைக்கும்.

வெண்புறா இறைச்சியின் குணம்

பத்தியத்திற்கான வெண்புறாக்கறி வாத பயித்தியம் ஜலமோகம், விரணவெண்குஷ்டம், கரப்பான், சொறி இவைகளை நீக்கும்.

விரால் மீன் இறைச்சியின் குணம்

குளத்து விரால் பிணியை நீக்கி உடல் வளர்த்து, குடலுக்கு சுகம் தரும்.

கருவாட்டு இறைச்சியின் குணம்

பத்தியக் கறியாகிய சுறாக்கருவாட்டை உண்பவருக்கு குத்தல், கிரகணி, வயிற்று நோய், வாதாதிசாரம், இவைகள் நீங்கும்.

பாய்களின் வகை

கோரைப்பாய்

கோரைப் பாயில் சயனிப்பவர்களுக்கு அக்கினி மந்தமும், சுரதோஷமும் நீங்கும், தேகம் குளிச்சியுண்டாகும். சுக நித்திரை கொடுக்கும்.

தாழம் பாய்

தாழம் பாயில், சயனிப்பவர்களுக்கு, தலை சுற்றல், பாண்டு ரோகம், பித்த தோஷம், நீராமைகட்டி, வெகு மூத்திரம் இவைகளை விலக்கும்.

சாதிப்பாய் (பிரப்பம்பாய்)

சாதிப்பாயில் சயனிப்பவர்களுக்கு மூலரோகம், சீதமலம், சீகுசுரம் இவை உண்டாகும்.

பேரீச்சம் பாய்

பேரீச்சம் பாயில் சயனிப்பவர்களுக்கு வாத குன்மம், சோகையும் நீங்கும். பசி பாண்டும், உஷ்ணாதிக்கம் உண்டாகும்.

சீற்றிச்சம் பாய்

சீற்றீச்சம் பாயில் சயனிப்பவர்களுக்கு அதிக உஷ்ணம், தேக உணவு, கபசினம் இவை உண்டாகும்.

மூங்கில் பாய்

மூங்கில் பாயில் சயனிப்பவர்களுக்கு மூத்திரக் கிரிச்சினம், உஷ்ண பித்தம் ஆகிய இவைகள் மேலும் மேலும் விருத்தி உண்டாகும்.

பனையோலைப் பாய்

பனை ஓலைப் பாயில் சயனிப்பவர்களுக்கு அதிக உஷ்ணமும், வாதகிக்கிரகமும் செய்யும். சற்று பித்தம் விளைக்கும்.

****

நித்திரை விதி

இரவில் உணவு சாப்பிட்ட பின்பு 100 அடி தூரம் நடந்தபின் தான் நித்திரை செய்ய வேண்டும். சாப்பிட்டவுடன் தூங்கக் கூடாது. இரவில் தூங்கும் பொழுது இடது கையை தலைக்கு வைத்துத்தான் தூங்க வேண்டும்.

காலை நீட்டித்தான் தூங்க வேண்டும். ஆனால் காலை நீட்டி தூங்கினால் தூக்கம் வராது. காலை மடக்கி தூங்கினால் தான் தூக்கம் வரும். அவ்வாறு காலை மடக்கி தூங்கினால் பல கெட்ட கனவுகள் வரும். பல பெண்களை நாம் இச்சை கொள்ளும் எண்ணம் கனவில் வரும். நம்மை அறியாமலேயே இந்திரிகம் வெளியேறிவிடும். நமது உடம்பு சோர்வாகும். இதைப் பார்த்த பின்பாவது காலை மடக்கி தூங்காமல் காலை நீட்டி தூங்குவீர்கள் என முழுமையாக நம்புகின்றோம். மேலும், இரவு 7 மணி அல்லது 8 மணிக்கு தூங்கி விடலாம். ஆனால் அதிகாலை 4 மணிக்கே எழுந்துவிட வேண்டும். தூங்கும் பொழுது எட்டு திசைகளில், நான்கு திசைகளைப் பார்த்து தலைவைத்துத் தூங்குவது உத்தமம்.

எந்தத் திசையில் தலை வைத்துப் படுத்தால் என்ன பலன் என்று பார்ப்போம்.

கிழக்கு திசை	-	ஐஸ்வர்யம் கிடைக்கும்
மேற்கு திசை	-	கீர்த்தி உண்டாகும்
தெற்கு திசை	-	ஆயுள் விருத்தியாகும்
வடக்கு திசை	-	இத்திசையில் தலை வைத்துத் தூங்குதல் கூடாது.

****

வாஸ்து முறை

ஐயா, மக்கள் வாயை கட்டி, வயிற்றைக் கட்டி, கடனைவுடனை வாங்கி வீடுகட்டுகிறார்கள். ஆனால் நாலெழுத்து படித்தவர்கள் நான்கு மூலையை சுற்றிப் பார்த்து விட்டு வாஸ்து சரியில்லை, இந்தந்த பக்கத்தை இடிக்க வேண்டும் என்கிறார்கள். பணம் இருப்பவர்கள் அவர்கள் சொன்னபடி வீட்டை இடித்துக் கட்டுகிறார்கள். ஆனால் பணம் இல்லாதவர்கள் கடனை வாங்கி கட்டிய வீட்டை எவ்வாறு இடித்துக் கட்ட முடியும். அவ்வாறு வீடு இடித்துக் கட்டாமல் இருப்பதற்கு வழி உண்டா?

ஒவ்வொரு வீடுகளுக்கும் அதற்கு கட்டக்கூடிய அமைப்பின்படி அதற்கு வயது உண்டு. நாம் ஒரு கல்லைச் சிலையாக செய்ய வேண்டும் என்றால் கூட அந்த கல்லை ஆண் கல்லா, பெண் கல்லா என்று பார்க்க வேண்டும். ஆண் கல் என்றால் கல் மதம் வரும். பெண் கல் என்றால் கல் பிசின் வரும். அலித்தன்மை உள்ள கல்லுக்கு கல் மதமும், கல் பிசினும் வரும். இவ்வாறு கல்லில் மூன்று வகைகள் உண்டு. பெண் கல் என்றால் பெண் சிலையாக அடிக்க வேண்டும். ஆண் கல் என்றால் ஆண் சிலையாக அடிக்க வேண்டும். சிற்பி கல் சிலையை செதுக்கும் பொழுது அவருடைய கால்கள் சிலையின் எந்த பாகத்திலும் படலாம். சிற்பி உருவத்தை முழுமையாக செதுக்கிவிட்டு கைவிரல்களில் நான்கை மட்டும் செதுக்கி பின் கண்களை திறந்து விட்டால் சிலைக்கு உயிர் உண்டாகிவிடும். அதற்குபின் சிற்பியின் கால்கள் சிலையின் மேல் படக்கூடாது. பின் ஆகா! நான்கு விரல்தான் செதுக்கி உள்ளோம் என்று அவர் மனம் சஞ்சலப்படும். பின் ஐந்தாவது விரலை செதுக்கக் கூடாது. ஏன் என்றால், கண்ணை திறந்து விட்டால் அந்த சிலைக்கு உயிர் வந்துவிடும். அதே போல் தான் வீடுகளும். வீட்டிற்கு புரோகிதர்களைஅழைத்து வந்து, யாகம் வளர்த்து பால் காய்ச்சி, பசுமாட்டை கொண்டு வந்து வாஸ்து புருஷன் எப்படி எழுந்து வலது புறம் திரும்பி நிற்கின்றானோ, அதே போல் மாட்டை வலதுபுறம் மூன்று முறை சுற்றவைத்து மாட்டை வீட்டுக்குள் அழைத்து வந்து பொங்கல் வைத்து மாட்டுக்குக் கொடுத்து, மாடும் மகிழ்ந்து அனைவரும் மகிழ்ந்து கட்டிய வீட்டை எப்படி இடித்து

ஒச்சப்படுத்துவது. யாகம் வளர்த்து பால் காய்ச்சி விட்டால் வீட்டுக்கு உயிர் உண்டாகி விடும். அப்படி உயிர் உள்ள வீட்டை எப்படி ஒச்சப்படுத்துவது. விதி என்று இருந்தால் மதி என்று ஒன்று இருக்கும். ஜாதகம் பார்த்தால் எவ்வாறு பரிகாரம் கூறுகிறார்களோ, அதே போல் வாஸ்து முறைகளிலும் பரிகாரம் உண்டு. அது எவ்வாறென்று கூறுகிறேன்.

மயனுக்குப் பிடித்தது மாமரம். மா மரத்தின் பதினொறு இலையை வளர்பிறையில் சனிக் கிழமை அன்று கட்ட வேண்டும். இந்த சனிக் கிழமை கட்டினால் அடுத்த சனிக் கிழமை கழட்டிவிட வேண்டும். இப்படி ஒரு ஆண்டிற்கு கட்டினால் 100 வருடம் வரை அந்த வீட்டிற்கு உயிர் உண்டாகிவிடும். அதிகமாக கஷ்டம் இருந்தால் 108 இலையை அதே போல் ஒரு ஆண்டிற்கு கட்டிவர கஷ்டம் அகன்று நன்மை உண்டாகும். ஆகையால் மங்களகரமாக இருக்க "மா" இலையை கட்டி வருகிறார்கள். மா இலையை கட்டினால் மங்களகரமான ஐஸ்வர்யங்கள் உண்டாகும். மா இலையை ஏன் கட்டுகிறோம் என்று தெரியாமலேயே கட்டுகிறார்கள். இதுவே மா இலை கட்டுவதற்கு காரணம். வீட்டு மனையடியில் குறைபாடு இருந்தால் அனைத்தையும் குறைப்பது மாஇலைதான்.

ஒரு கண் உள்ள நாளில் கட்டிய மனையானது ஒரு கண் மனையாகும். இதன் பலன் என்னவென்றால் பொருள் வரவு, வாழ்வு, இன்பம், நோய், தனச்சேர்க்கை, உறவினர் நட்பு, முதலியவை சம அளவில் கூடுதல் குறைவின்றி பொதுவாக இருக்கும். அவ் வீடு உத்தமமான பலனையே தரும். இரு கண் உள்ள நாளில் வீடு கட்டினால் அவ்வீடு நீண்டகாலம் நிலைத்திருக்கும். இரு கண்ணும் இல்லாத குருட்டு நாளில் வீடு கட்டினால் அது தீயதாகும். சுற்றத்தாரின் பகை உண்டாகும். அவ்வீடு பாழாகிப் போகும்.

ஒரு கண் உள்ள நாட்கள் ஞாயிறு, திங்களாகும். இரு கண் உள்ள நாட்கள் புதன், வியாழன், வெள்ளியாகும். இரு கண்ணும் இல்லாத குருட்டு நாட்கள் சனி, செவ்வாய் ஆகும்.

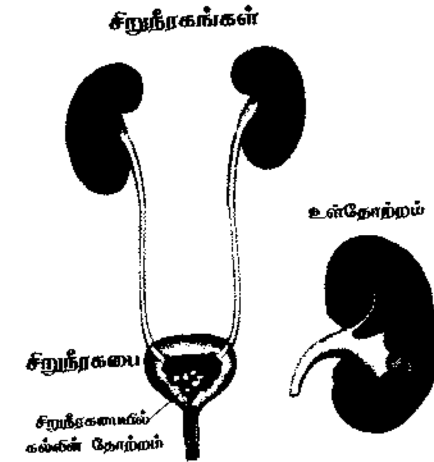
நாம் தெற்கு திசையில் குடியிருக்கிறோம் என்றால், அங்கு நம் குடும்பத்திற்கு அதிக கஷ்டம் ஏற்படும் பொழுது அந்த வீட்டிற்கு வடக்கு திசையில் குடிபோனால் நன்மையை கொடுக்கும். அந்த வீட்டிற்கு தெற்கே குடி சென்றால் மிகக் கடுமையான கஷ்டங்களைக் கொடுக்கும். அதே போல் மேற்கு திசையில் குடியிருக்கிறோம் என்றால் குடும்பத்தில் கஷ்டம் இருக்கிறது என்றால், நம் வீட்டிற்கு கிழக்கு நோக்கி குடிபுகலாம். நம் வாழ்க்கைக்கு வாழ்வு உண்டு. அதே சமயம் வீட்டிற்கு கிழக்கில் இருந்து மேற்கே ஒருபோதும் குடிபுகக்கூடாது.

****

சிறுநீரக பாதிப்பு

ஐயா, இப்பொழுது அளவுக்கு அதிகமாக மக்களுக்கு உப்பு சத்தும் அதன் காரணமாக சிறுநீரக பாதிப்பும் ஏற்படுகிறதே! அதைக் கட்டுப் படுத்துவதற்கு ஏதேனும் வழி உண்டா? அது எதன் காரணமாக ஏற்படுகின்றது?

சிறு நீரக பாதிப்புக்கு முக்கிய காரணம் நம்முடைய அஜாக்கிரதை தான். மேலும் சிறு நீரை அடக்குவதால் வரும் விளைவு.



ஒரு தாய் பத்து மாதம் குழந்தையை பெற்றெடுத்த பின் தாயின் அடிவயிறை பார்த்தால் வயிறு மடிப்பாக இருக்கும். அதே போல் சிறுநீர்பை நிறைந்து பெரியதாக இருக்கும். சிறுநீர் கழித்தபின் சிறுநீர்ப்பை சுருங்கி மடிப்பு ஏற்படும். அந்த மடிப்பில் உப்பு தங்கி விடும்.

அதேபோல் கடற்கரை ஓரத்தில் ஒரு இரும்பு கம்பியை நட்டுவைத்து விட்டு ஒரு வருடம் கழித்துப் பார்த்தால், கடல் உப்புக் காற்று அந்த இரும்பைத் தின்று விடும். அந்த கம்பியைத் தட்டினால் அது கீழே விழுந்து விடும். அது மட்டுமல்ல ஒரு சிறுநீர் கழிப்பிடத்தை கட்டி ஆறு மாதம் கழித்துப் பார்த்தால் அங்கு மஞ்சள் தக்கை தக்கையாக கட்டி கட்டியாக உப்பு இருக்கும்.

உணவில் உப்பு சேர்க்கும் முறை

சமையலுக்கு பயன்படுத்தும் உப்பை அப்படியே பயன்படுத்தக்கூடாது. ஒரு இரும்புச் சட்டியில் போட்டு உப்பை நன்கு வறுக்க வேண்டும். அப்போது உப்பானது படபடவென்று வெடிக்கும். உப்பு இவ்வாறு வெடித்தால் அதில் கலந்துள்ள விஷத்தன்மை நீங்குகிறது என்று அர்த்தம். இப்படி வறுக்கப்பட்ட உப்பைத்தான் உணவுகளில் சேர்க்க வேண்டும். உதாரணமாக இரண்டு புதிய இரும்பு சட்டிகளை எடுத்துக் கொள்வோம். ஒரு சட்டியில் வறுத்த உப்பையும்,மற்றொரு சட்டியில் வறுக்காத உப்பையும் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஆறுமாதங்கள் இரு சட்டிகளையும் அசையாமல் அப்படியே வைக்க வேண்டும். பிறகு இரண்டு சட்டிகளிலும் உள்ள உப்பை கீழே கொட்டி பார்த்தால் வறுத்த உப்பு இருந்த சட்டி புதிதுபோல் அப்படியே இருக்கும். ஆனால் வறுக்காமல் போட்ட உப்பு இருந்த சட்டியின் அடியில் துருப்பிடித்து ஓட்டையாக இருக்கும். ஆடாமல் அசையாமல் அப்படியே இருக்கக் கூடிய இரும்பு சட்டியே துருப்பிடித்து ஓட்டையாக போய் விடுகிறது . நாம் நிற்கிறோம், நடக்கிறோம். தூங்கும் பொழுது புரண்டு புரண்டு படுக்கின்றோம். நாம் இரவு நேரத்தில் எழுந்திருக்க யோசித்து சிறுநீரை அடக்குகிறோம். அவ்வாறு அடக்கினால் சிறுநீரகம் பாதிப்படையும்.

மேலும் கணவன் மனைவி இருவரும் வயிறு நிறைய உணவு சாப்பிட்டோ (அல்லது) தண்ணீரை குடித்துவிட்டோ சரீரசம்மந்தப்பட்டால் சிறுநீரகம் அதிகமாக பாதிப்படையும். இருவரும் சரீரசம்மந்தப்படும் பொழுது அரை வயிறுதான் சாப்பிட வேண்டும். இதனால் தான் நம் முன்னோர்கள் அதிகாலை 4 மணிக்கு சரீரசம்மந்தப்பட்டு சிறுநீரகப் பாதிப்பில்லாமல் வாழ்ந்தார்கள்.

இப்பொழுது வயல்களில் இரசாயன மருந்துகளை பயன்படுத்துவதாலும் 100க்கு 40 பேருக்கு சிறுநீரகம் பாதிப்படைகிறது. எனவே உப்பை வறுத்து சமையலில் உங்களுக்கு தேவையான அளவு பயன்படுத்துவதே உத்தமம்.

இந்த நூலை பார்த்தாவது அனைவரும் உப்பை வறுத்து சமையலில் பயன்படுத்தி சிறுநீரகப் பாதிப்பில்லாமல் வாழ்வீர்கள் என முழுமையாக நம்புகிறேன்.

****

வயிறு எனும் மகாசமுத்திரம்

ஐயா, நாம் தினமும் பல்வேறு விதமான உணவுப் பொருட்களையும், போதை வஸ்துக்களையும், மற்றும் பலவிதமான நொறுக்குத் தீனிகளையும், உட்கொள்கிறோம். இதனால் நம் உடல் ஆரோக்கியம் கெட்டுவிடும் அல்லவா? இதனைத் தடுக்க ஏதேனும் வழி உண்டா? அதனைப் பற்றி விரிவாகச் சொல்லுங்கள்.

இது நல்ல கேள்வி.

தினமும் பல்வகை உணவுகளை அளவில்லாமல் உண்பதால் உடலில் பல்வேறு உபாதைகள் ஏற்படுகின்றன. தினமும் உணவைக் கட்டுப்பாட்டுடன் உண்பதால் உடல் ஆரோக்கியம் மேம்படும். மேலும் நம் முன்னோர்கள் உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு பல்வேறு முறைகளைக் கையாண்டுள்ளனர். அதை விரிவாக கூறுகிறேன்.

ஒரு மனிதன் ஒரு நாளைக்கு உண்ணும் உணவின் எடை தோராயமாக ஒரு கிலோ என்று வைத்துக் கொள்வோம். அதாவது,

சாப்பாடு (ஒரு நாளைக்கு)	..	¼ கிலோ
காய்கறி (குழம்பு ஒரு நாளைக்கு)	..	¼ கிலோ
ட, உள்ளிட்ட நொறுக்குத் தீனி	..	¼ கிலோ
மற்ற உணவுப் பொருட்கள்	..	¼ கிலோ

ஆக மொத்தம் ஒரு மனிதன் ஒரு நாளைக்கு உட்கொள்ளும் உணவின் எடை 1 கிலோ.

ஒரு மாதத்திற்கு வேண்டிய உணவு(30x1) = 30 கிலோ

ஒரு வருடத்திற்கு தேவையான உணவின் எடை= 365 கிலோ

தோராயமாக 60 ஆண்டுகளுக்கு தேவையான உணவு = 60x365 = 21,900கிலோ

டன்னில் குறிப்பிட்டால் = 21900/1000 =21.9 டன்கள்

இதனை தோராயாமாகத் தான் கொடுத்துள்ளோம். நடைமுறையில் உணவின் அளவு மாறுபடும்.

ஆக ஒரு மனிதன் சராசரி 60 வருடங்களில் 21.9 டன் அளவு உணவை உட்கொள்கின்றான். 21.9 டன் எடையுள்ள உணவுப் பொருட்களை ஒரு அரவை இயந்திரத்தில் அரைக்கக் கொடுத்தால் அதனை அரைக்க எத்தனை நாட்கள் ஆகும். அவ்வாறு அரைக்கும் பொழுது அவ்வியந்திரத்தில் ஏற்படும் தேய்மானம் எவ்வளவு இருக்கும். இத் தேய்மானத்தை சரி செய்ய அவ்வியந்திரத்தில் எத்தனை முறை அதன் அரைப்பு கத்தியினை சாணை பிடிக்கவும், மாற்றவும் வேண்டும். இரும்பால் ஆன அத்தகைய இயந்திரங்களுக்கேஇவ்வளவு பக்குவம் தேவைப்படும் பொழுது, கிள்ளினால் புண்ணாகும் தோலினால் ஆன மனித உடலும், குடலும் 21.9 டன் எடையுள்ள உணவை அரைக்கும் பொழுது அவற்றிற்கு எவ்வளவு பக்குவம் தேவைப்படும். 21.9 டன் எடையுள்ள உணவை அரைக்க தோராயமாக 60 வருடங்கள் தேவை. தினமும் உடல் உறுப்புகள் ஓய்வே இல்லாமல் இயங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. உடலுக்கு ஓய்வு என்பது வேண்டாமா? சற்று சிந்தித்துப் பாருங்கள். காலை எழுந்ததிலிருந்து இரவு தூங்கச் செல்வதற்கு முன்பு வரையும் 24 மணி நேரமும் மனிதனின் உடல் உறுப்புகள் ஓயாமல் இயங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன. உடலுக்கு எப்போது எப்படி நாம் ஓய்வு கொடுக்கப் போகிறோம்? நம் முன்னோர்கள் நன்கு ஆழமாக சிந்தித்து ஆராய்ந்து நமது உடல் உறுப்புகளுக்கு ஓய்வு வேண்டும் என்பதை சிந்தித்து செயல்படுத்தியதே "விரதம்" என்ற முறை. விரதம் என்றால் மாதத்தில் ஒரு நாள் அல்லது இரண்டு நாட்கள் விரதமிருக்க வேண்டிய நாட்கள் என்று தேர்வு செய்தனர். அக் காலங்களில் பக்தி மார்க்கத்தில் இருந்த மக்கள் தெய்வ பக்தியுடன் மாதம் ஒரு நாள் அல்லதுஇரண்டு நாட்கள் விரதம் என்ற பெயரில் உணவு உண்ணாமலும், பத்தியம் இருந்தும் வந்தனர். இதனால் உடல் ஆரோக்கியம் நன்றாக இருந்தது. இந்த காரணத்தினால் தான் நம் முன்னோர்கள் தெய்வத்தைக் காரணம் காட்டி விரதம் என்று கூறிமக்களிடம் உடல் ஆரோக்கியம், பக்தி, மன ஆரோக்கியம் இவற்றை வளர்த்தனர்.

இப்படி மாதம் இரண்டு நாட்கள் அல்லது மூன்று நாட்கள் விரதம் இருப்பதால் உடல் உறுப்புகளுக்கு அதிக ஓய்வு கிடைக்கும். ஒரு நாள் விரதம் இருந்தால் 48 நாட்கள் முதல் 60 நாட்கள் வரை ஆயுள் நாட்களில் அதிகரிக்கும் என்று முன்னோர்கள் கண்டறிந்து கூறியுள்ளனர். சாதாரணமாக "விரதமிரு" என்றால் நாம் இருப்போமா? அதனால் தான் நம் முன்னோர்கள் தெய்வ பக்தியைக் காரணம் காட்டினர். மேலும்

"நான்கு வேளை சாப்பிடுபவன் நாசமாப் போவான்
மூன்று வேளை சாப்பிடுபவன் நோயாலேயே அழிவான்
இரண்டு வேளை சாப்பிடுபவன் யோகியாவான்
ஒரு வேளை சாப்பிடுபவன் ஞானியாவான்
ஒருவேளை கூட சாப்பிடாதவன் உடல் காய சித்தியாகும்".

என்று சித்தர்களும் பாடி வைத்துள்ளனர். எனவே உணவு கட்டுப்பாட்டை கடைபிடித்து உடல் ஆரோக்கியத்துடன் வாழ்வீர்கள் என்று நம்புகிறேன்.

மாதவிலக்கின்போது கடைப்பிடிக்கும் முறை

மாதவிடாயின் போது வீணாகும் துணியை தூற எறியக்கூடாது. அவ்வாறு எறிந்தால் அத் துணியை பருந்தானது தூக்கிச் சென்று தன் கூட்டில் வைத்து விடும். அத் துணியின் வாடையால் பருந்தின் குஞ்சு பிறந்த உடன் இறந்து விடும். எனவே இந்த சாபம் அப் பெண்ணையே போய்ச் சேரும்.

மாதவிலக்கு காலங்களில் பெண்கள் வெளியில் செல்லும் பொழுது மூன்றுமுறை தண்ணீரை தலையில் தெளித்து விட்டுச் செல்ல வேண்டும். அப்படிச் செல்ல வில்லையெனில், அப் பெண் செல்லும் பாதையில் 150 அடிக்கு அப்பால் பாம்பு சென்றால் தலைக்கு குளித்த பெண் போகும் வழியில் செல்லும் பாம்பிற்கு கண்கள் தெரியாமல் போகும். அப் பாம்பானது சாபம் விட்டுவிடும். எனவே மாதவிடாய் காலங்களில் தண்ணீர் தெளித்து விட்டு வெளியில் செல்லுவதே உத்தமம். மேலும் அக் காலங்களில் தாமரை மலர் உள்ள குளங்களில் குளிக்கவும் கூடாது. தாமரை செடிகள் பட்டுப்போய் விடும். மாத விடாய் காலங்களில் இரண்டு, மூன்று மாத கால கைக் குழந்தைகளை தூக்கக் கூடாது. தூக்கினால் குழந்தைக்கு சீர் அடித்து விடும். இத்தகைய பாவங்களுக்கு ஆளாக நேரிடும். அது மட்டுமல்ல. அத் துணியானது துஷ்டர்கள் கையில் சிக்கினால் அதனை சில மாந்தரீகம் போன்ற செய்வினை செயல்களுக்கு பயன்படுத்துவர். இது நீங்கள் அறியாமலேயே செய்யும் பாவங்கள்.

மாதவிடாய் காலத்தில் வீணாகும் அசுத்தமான துணியை தூர தூக்கி எறிந்தால் அதை ஒருவன் எடுத்து கையில் வைத்துக் கொண்டு ஏதாவது ஒரு வீட்டில் போய் பணம் நகைகளை திருடிவிட்டால் பொருளைப் பறிகொடுத்தவர்கள் வெற்றிலையில் மை தடவி பார்க்கும் பொழுது அவனுடைய உருவம் மையில்

தெரியாது. ஏன் என்றால் அந்த துணியை கையில் வைத்திருப்பதால் அவன் உருவம் தெரியாது. பொருளை பறிகொடுத்தவர்கள் துன்பப்படுவர்.

இந்தப் பாவம் உங்களையேச் சேரும். திருடனுடைய உருவம் தெரிய வேண்டும் என்றால் சுடுகாட்டிலிருக்கும் நீலி வேரைப் பறித்து எட்டு வயது சிறிய பையன் இடது கையில் வைத்துக் கொண்டு பார்த்தால் திருடனுடைய உருவம் தெளிவாகத் தெரியும். இப்படிப் போன்ற அநேக காரியங்களுக்கு, மாதவிடாய் ஆகும் கெட்ட இரத்தமானது அதிக கெட்ட விஷயங்களுக்கு பயன்படுகிறது. எனவே இப்படி பல்வேறு கெட்ட விஷயங்களுக்கும், பாவங்களுக்கும் காரணமான அசுத்தமான துணிகளை வெளியில் கண்ட இடங்களில் வீசக்கூடாது. இவை போன்ற இன்னும் பல விஷயங்களைப் பற்றி எழுத வேண்டுமானால் இந்த நூல் போதாது. நாங்கள் இங்கு சுருக்கமாக கூறியுள்ளோம்.

அந்த அசுத்த துணிகளை மூன்றுமுறை தண்ணீர் தெளித்து விட்டு, பின் அதனை பூமிக்கடியில் புதைப்பதே உத்தமம்.

குழந்தை பாக்கியம் இல்லாமைக்கு காரணங்கள்

ஐயா, பூ பூத்தால் காய்காய்த்து, பழம் பழுத்துத்தான் ஆக வேண்டும். அதேபோல் ஒரு பெண் பருவம் அடைந்து விட்டால் அவளுக்கு குழந்தை பாக்கியம் கட்டாயமாக இருந்துதான் ஆக வேண்டும். ஆனால் சில பெண்களுக்கு குழந்தை பாக்கியமே கிடைப்பதில்லையே ஏன்? அதற்கு காரணங்கள் உண்டா?

ஆம். உண்டு.

ஒரு பெண் பருவம் ஆன அன்று இடது பக்கமாக அடிவயிறு வலித்தால் குழந்தை பாக்கியம் கிடைப்பது அரிது. அப் பெண்ணுக்கு அடிவயிறு சுழன்று சுழன்று வலிக்க வேண்டும். அப்படி வலித்தால் குழந்தை பாக்கியம் உண்டு.

ஒரு பெண் பூத்த அன்று முதல் எந்த நாளும் தலைக்கு ஊற்றாமல் இருந்தால் அந்த பெண்ணை மணம் முடித்து வைத்தால் முதலிரவு அன்று உடலுறவு கொள்ளும் போது அளவுக்கு மீறி கர்ப்பப்பை வலிக்கும். யோனி (இனக்குறி) துவாரமும் வலிக்கும். அப்படி வலிக்கும் போது ஆண் மகனை எத்தி கீழே தள்ளிவிடுவாள். அந்த பெண்ணுக்கு நாதம் பொங்காது. அந்த பெண் ஒரு ஆண்மகனை சந்தோசப்படுத்துவது கடினம்.

ஒரு பெண் பூத்ததில் இருந்து 2 மாதத்திற்கு ஒரு முறை 3 மாதத்திற்கு ஒரு முறை தலைக்கு குளித்தாலோ அல்லது ஒரு வருடத்திற்கு ஒரு முறை குளித்தாலோ அந்த பெண்ணுக்கு கர்ப்பப்பை வளரவில்லை என்று அர்த்தம். இப்படி உள்ள சில பெண்களுக்கு குழந்தை பாக்கியம் கிடையாது. சில பெண்களுக்கு குழந்தை பாக்கியம் உண்டு.

ஒரு பெண் மலரும் போது அவளுடைய உறுப்பு இரண்டு இதழ்களாக கிழிந்து விடும். எந்த பெண்ணுக்கும் வலி இருக்காது. லட்சத்தில் ஒரு பெண்ணுக்கு வலிக்கும். அப் பெண்ணுக்கு குழந்தை பிறக்காது.

பருவம் வந்த பெண்ணை ஆறு வருடத்தில் திருமணம் செய்து கொடுக்க வில்லை என்றால் கர்ப்பப் பையில் சதை வளர்ந்து விடும். வாயு புகுந்து விடும். பாசு படர்ந்து விடும். அப்போப்பட்ட கன்னிக்கு தாய் பாக்கியம் கிடைப்பது கடினம்.

பெண்களுக்கு குறுக்கு வலி இருந்தாலோ, வெள்ளை பட்டாலோ, குழந்தை பாக்கியம் கிடைப்பது கஷ்டம். அப்படியே கரு தங்கிவிட்டால் 4 மாதம், 7 மாதம், 8 மாதத்தில் கரு சிதைவுறும். ஆனால் மக்கள் என்ன சொல்வார்கள் என்றால் கடவுள் கொடுத்து கொடுத்து வாங்குகிறான் என்று சொல்வார்கள். ஆனால் அது ஒருவிதமான நோய்.

கணவன் மனைவி உடலுறவின் பொழுது மனைவிக்கு ஒரு கால் முட்டி வலித்தால் குழந்தை பாக்கியம் கிடைப்பது கடினம்.

கணவன் மனைவி உடலுறவின் பொழுது மனைவிக்கு இரண்டு கால் முட்டியும் வலித்தால் குழந்தை பாக்கியம் கிடைப்பது அரிது.

கணவன் மனைவி இருவரும் புணரும் போது மனைவிக்கு ஒரு புறமாக மார்பு வலித்தால் குழந்தை பாக்கியம் கிடைப்பது அரிது.

கணவன் மனைவி இருவரும் புணரும் போது மனைவிக்கு ஒருபுறமாக தலை வலித்தால் குழந்தை பாக்கியம் கிடைப்பது அரிது.

ஒவ்வொரு பெண்கள் அக்கம் பக்கம் உள்ளவர்கள் திரும்பப் பார்க்கும் அளவுக்கு சப்தமாக ஏப்பம் விடுவார்கள். (அப்போபட்ட பெண்ணுக்கு திருமணம் ஆகாமல் இருந்தால் குழந்தை பாக்கியம் கிடைப்பது கடினம்) ஆனால் திருமணமாகி குழந்தைகள் இருப்பவர்கள் இவ்வாறு ஏப்பம் விட்டால் அவர்களுடைய உறுப்பை (இனக்குறி) கிள்ளிப் பார்த்தால் அவர்களுக்கு

வலிக்காது. அந்த இடத்தில் சுரணையே இருக்காது. அப்படிப்பட்ட பெண்ணுக்கு கருப்பையில் வாயு புகுந்து விடும். உதாரணமாக வாயு பிரிகிறது என்றால், ஆண்களுக்கு ஆசண வாயு வழியே வாயு பிரியும். ஆனால், பெண்களுக்கு ஆசண வாயு வழியும் பிரியும். மூத்திரத்துவார வழியும் பிரியும். அப்பேற்பட்ட பெண்ணுக்கு சில நாட்களில் கர்ப்பப்பை கீழே இறங்கிவிடும். இப்படியெல்லாம் இருக்குமா என்று நீங்கள் எண்ணலாம். வயதான பெண்ணிடம் கேளுங்கள். ஆமா என்று கூறுவார்கள். அப்பொழுதுதான் இந்த நூலில் எழுதியது உண்மை என்று எண்ணுவீர்கள். எந்த நூலிலும் வெளிவராத செய்தி ஆகும். இது கொஞ்ச வயது பெண்ணாக இருந்தால் குழந்தை பிறப்பது கடினம்.

பெண்கள் தலைக்கு குளிக்கும் இரண்டு நாள் முன்பு வெள்ளை பட்டால் குழந்தை பிறப்பது கடினம். ஒரு சில பெண்களுக்கு குழந்தை பாக்கியம் உண்டு.

பெண்கள் தலைக்கு குளிக்கும் நான்கு நாட்களுக்கு முன்பு வயிறு ஊதினால் குழந்தை பாக்கியம் கிடைப்பது கடினம்.

பெண்கள் தலைக்கு குளிக்கும் எட்டு நாட்களுக்கு முன்பு மார்புகள் அதிகமாக வலித்தால் குழந்தை பாக்கியம் கிடைப்பது அரிது.

பெண்கள் காலையில் கிழக்குப் பக்கமாக பார்த்து மலம் கழித்தால் சூரிய ஒளி தனது உறுப்பில் பட்டால் பெண்கள் தலைக்கு குளிக்கும் போது வயிறு வலியால் துடிப்பார்கள். அவர்களுக்கு குழந்தை பாக்கியம் கிடைப்பது கடினம்.

பெண்கள் தனக்கு குழந்தை பாக்கியம் உண்டா என்பதை அறிய அந்த பெண் தனது சிறுநீரை மாலையில் ஒரு சிரட்டையில் எடுத்து அந்த நீரில் புது ஆணியை போட வேண்டும். அதிகாலையில் சிரட்டையில் இருக்கும் ஆணியை எடுத்து பேப்பரில் போட்டு வைக்க வேண்டும். 10 நிமிடம் கழித்து பார்க்க வேண்டும். அந்த ஆணி துருப்பிடித்து இருந்தால் குழந்தை பாக்கியம் உண்டு என்று அறியலாம். அந்த ஆணி துருப்பிடிக்காமல் போட்ட மாதிரியே இருந்தால் குழந்தை பாக்கியம் இல்லை என்று அறியலாம்.

நான் இங்கு உரைக்கப்பட்ட அனைத்தும் உண்மை. என் தாயான பார்வதி, என் தந்தையான சிவ பெருமான் இவர்கள் மீது ஆணையிட்டு கூறுகின்றேன். ஏட்டில் உள்ள அனைத்தையும் வெளிப்படையாக கூறியிருக்கிறேன்.

****

மாதர்களின் குழந்தை பாக்கிய நிவர்த்தி

1) மாதவிடாய் காலத்தில் பெண்கள் வயிறு வலியால் துடித்தால் சிறியாநங்கை பொடி, எட்டி மரப்பட்டையும் தலைக்கு குளித்த நாள் முதல் ஏழு நாட்களுக்கு காலைமட்டும் ஒரு வேளை சாப்பிட்டு வர குழந்தை பாக்கியம் உண்டாகும்.

2) தலைக்கு குளிக்கும் இரண்டு நாட்களுக்கு முன் வெள்ளைபட்டு குறுக்கு வலி இருந்தால் நெருஞ்சி செடியை சமூலம் (வேர் முதல் அனைத்தும்) பறித்து இடித்து எட்டு தம்ளர் நீர் விட்டு அதை ஒரு தம்ளர் அளவுக்கு சுண்டக்காய்ச்சி இரவு ஒரு வேளை மட்டும் ஏழு நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வர வெள்ளைப்படுவது நிற்கும். இவ்வாறு செய்து நிற்கவில்லை என்றால் வீலி இலையுடன் சின்ன வெங்காயத்தை அரைத்து மோருடன் சாப்பிட குணம் தெரியும்.

3) தலைக்கு குளிக்கும் நான்கு நாட்களுக்கு முன் வயிறு உப்பினால் பெருங்காயத்தை நல்ல எண்ணையில் வறுத்து நன்கு இடித்து சலித்து வைத்துக் கொண்டு பெண் தலைக்கு குளித்த நாள் முதல் ஒரு சிட்டிகை அளவு எடுத்து, பெண்ணின் இனக்குறியின் உள்ளே தடவி தலைக்கு குளித்த அன்று முதல் மூன்று நாட்கள் உடலுறவு கொண்டால் வயிறு உப்பல் குறைந்து அடுத்த ஒரு மாத காலத்தில் குழந்தை பாக்கியமுண்டாகும்.

4) மாதவிடாய் காலத்திற்கு எட்டு நாட்களுக்கு முன்பு இரண்டு மார்புகளும் வலித்தால் திப்பிலி, சூடம் இரண்டையும் திரியடி பிரமாணம் எடுத்து இரண்டையும் தனித்தனியே அரைத்து பின் ஒன்று சேர்த்து பெண்ணின் இனக்குறியில் சுண்டக்காய் அளவு உள்ளே செலுத்தி தலைக்கு குளித்த அன்று முதல் மூன்று நாட்கள் சரீரசம்மந்தப் பட்டால் மூன்று அல்லது நான்கு மாதத்தில் வாரிசு உண்டாகும்.

பெண்களுக்கு குழந்தை பாக்கியம் உண்டாக மற்றும் அனைத்து நோய்களும் குணமாக.

மஞ்சள் நிறத்தில் இருக்கும் அரிதாரம் சுண்டைக்காய் அளவு நல்லெண்ணையில் பொறித்த பெருங்காயம் ஒன்றரை சுண்டைக்காய் அளவு, இந்து உப்பு இரண்டு நெல்லிக்காய் அளவு. இம் மூன்றையும் அரைத்து இரண்டு மிளகளவு எடுத்து இரண்டு சொட்டு சுடுநீரில் குழைத்து ஆணின் உறுப்பில் தடவி, மூன்று மிளகு அளவு எடுத்து மூன்று சொட்டு சுடுநீரில் குழைத்து பெண்ணின்

இனக்குறியின் உள்ளே தடவி தலைக்கு குளித்த அன்று முதல் மூன்று நாட்கள் சரீர சம்மந்தப்பட்டால் சகல நோய்களும் குணமாகும். மேலும் கர்ப்பப்பை சம்மந்தப்பட்ட நோய்களும் குணமாகும். உடலுறவுக்கு பிறகு சிறிது மார்பு வலியும், குறுக்கு வலியும் உண்டாகும். அதிக கட்டிகளும், இரத்தமும் விசாலமாக வெளியேறும். இதனால் பாதிப்பு இல்லை. வெள்ளைப்படுதல் அதிகமாகும். இதனால் நன்மையே.

5) பெண்களின் கர்ப்பப்பைக்குள் ஏன் கிருமிகள் அதிகம் இருக்கிறது என்றால் பெண்கள் தலைக்கு குளிக்கும் பொழுது இனிப்பு அதிகம் சாப்பிட்டால் இரத்தப் போக்கு அதிகமாகும். அவ்வாறு அதிகமானால் மலவாய் வழியாக கிருமிகள் வந்து அந்த கிருமிகள் மூத்திர துவாரத்தின் வழியே உள்ளேபோகும். உடம்பும் அசதியாக இருக்கும். ஆதலால் தலைக்கு குளிக்கும் பொழுது யாரும் இனிப்பு சாப்பிடக்கூடாது. இதில் உள்ள அனைத்தையும் பெண்களின் நலனுக்காக கூறிவிட்டேன். இனியாவது தலைக்கு குளிக்கும் பொழுது இனிப்பு சாப்பிட மாட்டீர்கள் என நாங்கள் முழுமையாக நம்புகிறோம்.

6) பெண்களுக்கு வெள்ளைப்பட்டு அதில் வாடை அதிகமாக வந்தால் கர்ப்பப்பையை சுற்றி புண் அதிகமாக இருக்கும் என அறிக.

வெள்ளையாக தயிர்போல் கட்டியாக வரும்.அதில் வாடை வந்தால் மார்பில் மற்றும் கர்ப்பப் பையில் புற்று நோய் வரும் என அறிக.

பெண்களுக்கு வெள்ளை அதிகமாக பட்டால் வாழைப்பூவில் உள்ள வெள்ளையாக இருக்கும் மொட்டை நன்றாக இடித்து அதனுடன் பாலை ஊற்றி மீண்டும் இடிக்கவும். இடித்து அந்த பாலை காலை, மாலை சாப்பிட வெள்ளைப்படுதல் நிற்கும்.(அல்லது) தென்னை மரத்தில் இருக்கும் தென்னம்பாலை அதாவது பூப்பதற்கு முன் மொட்டாக உள்ள பிஞ்சை நன்கு உரலில் போ ‌டு அதனுடன் பால் ஊற்றி மறுபடியும் இடித்து அந்த பாலை காலை, மாலை சாப்ட் ட பெண்களுக்கு வெள்ளைப்படுதல் நிற்கும்.

கர்ப்பிணி பெண்கள் எளிதாகக் குழந்தைபெற விதிமுறைகள்

ஐயா, புத்திமான்களே உலகில் பெண்கள் படும் துன்பங்கள் கணக்கில் அடங்காது. அவர்கள் படும் துன்பங்களும், துயரங்களும் சொல்லில் அடங்காது. அதனை ஏட்டிலும் எழுத முடியாது. அதனை கண்களால் பார்த்து உணர்ந்தால் மட்டுமே தெரியும். உலகில் பெண்களாக பிறந்துள்ள பிறவிகளில் அதிக சிரமத்துடன் குழந்தையைப் பெற்றெடுக்கும் பிறவி, பகுத்தறிவு படைத்த மனித பிறவி மட்டுமே. ஆனால் மலைவாசிகளும், நரிக்குறவர்களும் எந்த மருத்துவமனைக்கும் சென்று பிரசவம் பார்ப்பதில்லை. நம்மைச் சுற்றிலும் வாழும் குரங்குகளும் கூட பிரசவ காலத்தில் காட்டிற்குள் சென்று இலையைப் பறித்துக் கொண்டு அதனை வாயில் போட்டு மென்று கொண்டே வந்து பிரசவ வலியால் துடிக்கும் பெண் குரங்கின் வயிற்றில் தடவி சிரமமில்லாமல், பிரசவ வலி இல்லாமல் பிரசவம் செய்து கொள்கின்றன. இப்படி ஐந்து அறிவு படைத்த ஜீவராசிகளே சித்தர்களின் சித்த வைத்திய முறையை நம்புகின்றன. ஆனால் நாமோ ஆங்கில மருத்துவத்திற்கு சென்று அழிந்து போகின்றோம். இவற்றையெல்லாம் எண்ணி மக்கள் அதிக சிரமம் இல்லாமலும் அதிக பணச் செலவும் இல்லாமலும் எளிய முறையில் பிரசவம் செய்து கொள்வதற்கு ஏற்ப, எளிய வைத்திய முறையை இங்கு கூறியுள்ளேன்.

கர்ப்பிணி பெண்கள் எளிதாகக் குழந்தை பெற விதி

சிவனார் வேம்பு கொண்டு வந்து முலைப்பாலில் அரைத்து தொப்புளில் சுற்றி தளமாய்ப்பூசினால் சீக்கிரத்தில் பிரசவமாகும்.

மேலும் கவிழ்தும்பைச் செடியின் வடக்கே போகின்ற வேரை தூப தீபங் கொடுத்து பறித்து வந்துமூன்றுவித (மஞ்சள், சிவப்பு, வெள்ளை நிறம்) நூலினால் குளிச்சமாதிரி காப்பஸ்திரியின் நெற்றிக்கு நேரே அவர்கள் கண்ணுக்கு தெரியும்படி கட்டி தொங்க விட்டு பார்த்துக் கொண்டே இருந்தால் உடனே பிரசவமாகும்.

மேலும் பசலையிலைச் சாறு அரிக்கால்படி, நல்லெண்ணை அரிக்கால்படி, இவ்விரண்டையும் ஒன்றாய்க் கலந்து கொடுக்க எளிதில் பிரசவமாகும். யாதொரு வலியும் இல்லாமல் நஞ்சுக் கொடியும் விழும்.

வயிற்றில் மறித்த பிண்டம் வெளிப்பட

ஐவ்வாது விராகநிடை-7 குங்குமப்பூ 3 விராகநிடை, கால்பங்களவு இவ்விரண்டும் சேவல் இரத்தத்தினால் குழைத்துக் கொடுக்க பிள்ளை பெறமாட்டாமல் உபத்திரவப்படுகிறவர்களும் வயிற்றில் தானே பிண்டம் தரித்துப் போனவர்களுக்கும் உடனே வெளிப்படும்.

அழுக்குகள் அகலும் விதி

பெண்கள் கர்ப்பிணியாக இருந்து பிள்ளை பெற்ற பிறகு சூதகங்கள் கட்டு பட்டாகினும், நஞ்சுக் கொடியாகினும் மற்றுமுள்ள அசுத்தம் முதலானதும் வெளிபடாதிருந்தால் நிவர்த்தி.

கற்பூரம் விராகநிடை -1, சாம்பிராணி விராகநிடை -1, லிங்கம் விராகநிடை-1, இவை மூன்றும் ஒன்று விடாமல் தனியே அரைத்தால் மெழுகாகும். ஒரு நாழிகைக்கு குறையாமல் அரைத்து வழித்து, சிமினியில் வைத்துக் கொண்டு, குண்டுமணி அளவு இரு வேளையும் கொடுக்க வயிற்றில் உள்ள அழுக்குகள் யாவும் வெளியேறும். தாம்பத்தியத்தில் ஈடுபடக்கூடாது.

பெண்களுக்கு பால்சுரக்கும் விதி

பாதிரி வேரும், வேளை வேரும் சமன் கொண்டு பசும்பாலில் அரைத்து பாக்களவு கொடுக்கவும். இப்படி காலை மாலை மூன்று நாட்களுக்கு கொடுக்க பால் உடனே சுரக்கும். கோவை இலையை அரைத்து மிளகு, மிளகாய், போட்டு நெய் விட்டுப் பிரட்டி காலையில் கால்வயிறு சாப்பிடவும். இப்படி மூன்று நாட்கள் கொடுக்க பால் சுரக்கும்.

கீழா நெல்லி வேரைஅரைத்து புன்னைக்காய் அளவு எடுத்து கால்ப்படி பசும்பாலில் கரைத்துக் கொடுக்கவும். இவ்வாறு மூன்று நாட்கள் கொடுக்க பால் சுரக்கும்.

குழந்தை குடிக்கத் தகுந்த பாலைவிட அதிகமாக சுரந்தால் அதற்கு மல்லிகைப் பூவை வைத்துக் கட்டலாம். அத்துடன் பேதிக்கு விளக்கு எண்ணையை கொடுத்தால் பால் குறைந்து சுரக்கும். பால் விரைவாக சுரக்காவிட்டால் வெண்ணீர் ஒற்றிடங் கொடுத்து ஆமணக்கிலையை வதக்கி கட்ட பால் சுரக்கும்.

கெர்ப்ப சஞ்சீவி எண்ணை

சிற்றாமணக்கெண்ணை ¼ படி பசும்பால் ¼படி, வெள்ளைப் பூண்டு அரைக்காப்படி கழுதைப்பால் அரைக்கால்ப்படி, கருஞ்சீரகம் 1½ விராகநிடை, வெள்ளைப் பூண்டின் தோலை நீக்கி சிறுக அறிந்து சீரகத்தை சிற்றாமணக் கெண்ணை விட்டு அரைத்து யாவும் ஒன்றாக ஊற்றிக் கலந்து கரண்டியால் கலக்கி அடுப்பேற்றி எரிக்கவும். அப்படி எரிக்கும் போது மெழுகு பதமானவுடன் அந்த எண்ணையில் கைவிட்டு விழாவி பார்த்தால் குளிர்ந்த நீர் போல் இருக்கும். அந்தப் பதத்தில் இறக்கி வடித்து வைத்துக் கொண்டு கற்பஸ்திரிகளுக்கு ஐந்தாவது மாதம் முதல் நாளில் இருந்து ஐந்து நாட்கள் காலையும், மாலையும் வேளைக்கு ¼ பலம் விதமாக கொடுக்கவும். உப்பு, புளி தள்ளி பத்தியமிருக்கில் கருவை அழிக்கும் கிரந்தி சூலை கெற்பகாரிகம் அணுக ஒட்டாமற் காற்பதுடன் பிரசவ காலத்தில் யாதொரு வருத்தமும் இல்லாமல் பிறக்கும். இதுமட்டுமின்றி தாய் தந்தையாருக்கு எவ்வியாதியிருந்தாலும் பூர்ண ஆயுளும் பெற்று வளரும். மாந்தம், கணம், கரப்பான் இவைகள் வராது. எண்ணைகளுக்கெல்லாம் இது மிகவும் உத்தமமான எண்ணையாகும்.

கர்ப்பிணி பெண்கள் வயிற்றில் உள்ள குழந்தை ஆணா, பெண்ணா என்று அறிய பெண்கள் கர்ப்பமாக இருக்கும் பொழுது அவர்கள் தரையில் இருந்து எழுந்திருக்கும் பொழுது இடது கையை ஊன்றி எழுந்தால் அவர்களுக்கு பெண் குழந்தை பிறக்கும் என்றும், வலது கையை ஊன்றி எழுந்தால் அவர்களுக்கு ஆண்குழந்தை பிறக்கும் என்றும் அறிக. அதே போல், கர்ப்பிணி பெண்களுக்கு வயிறு நேராக இருக்காது. இடது புறமோ, அல்லது வலது புறமோ சாய்ந்து இருக்கும். வயிறு இடதுபுறம் சாய்ந்து இருந்தால் பெண் குழந்தை பிறக்கும் என்றும், வலது புறம் சாய்ந்து இருந்தால் ஆண் குழந்தை பிறக்கும் என்று அறிக.

கர்ப்பிணி பெண் நடந்து போகும் போது அவளது பெயரை சொல்லி கூப்பிட்டால், அவள் வலதுபுறமாக திரும்பினால் 'ஆண் குழந்தையும்' இடது புறமாக திரும்பினால் 'பெண் குழந்தையும்' பிறக்கும் என்று அறிக.

கர்ப்பிணி பெண் படியில் ஏறும்பொழுது முதலில் அவளது வலது காலை எடுத்து வைத்தால் 'ஆண் குழந்தை' என்றும், இடது காலை எடுத்து வைத்தால் 'பெண் குழந்தை' என்றும் அறிக.

கர்ப்ப ஸ்திரிகள் கவனிக்க வேண்டிய விஷயங்கள்

முதல் மாதத்தில் அடிவயிறு வலிக்கும்.

இரண்டாவது மாதத்தில் சிறு குத்தலாக இருக்கும்.

மூன்றாவது மாதத்தில் கொஞ்சம் அதிகபட்சமாக வலி உண்டாகும்.

நான்காவது மாதத்தில் கர்ப்பவலியும் ரத்தமும் காணப்படும்.

ஐந்தாவது மாதத்தில் அடிவயிறு அகன்று அகன்று வலிக்கும்.

ஆறாவது மாதத்தில் கர்ப்பக்குடல் அகன்று வலிக்கும்.

ஏழாவது மாதத்தில் விசேஷமாக வலி உண்டாகும். ஏழாவது மாதத்தில் இருந்து அனைத்து பெண்களுக்கும் வயிற்றிலும், மார்பிலும் அரிப்பு எடுக்க ஆரம்பிக்கும். இந்த ஏழு மாதத்தில் இருந்து பத்து மாதம் வரை வயிற்றை யாரும் சுரண்டக்கூடாது. வயிறு தொவ்வலாகிவிடும். குழந்தை வளர வளர வயிறு பெரிதாகும். அவ்வாறு வயிறு பெரியதாக ஆக நமநமவென்று அரிப்பு உண்டாகும். நாம் அதை சுரண்டிக் கொண்டே இருந்தால் குழந்தை பிறந்த பின் நம் அடிவயிறு வெள்ளையாக வடுவடுவாக கோடு கோடாக இருக்கும். நாம் சுரண்டாமல் இருந்தால் கோடு அதிகம் வராது. அவ்வாறு அரிக்கும் பொழுது விளக்கெண்ணையை அடிவயிற்றில் தடவினால் அடிவயிறு அதிகம் அரிக்காது. வெள்ளையாக வடுவாகவும் வராமலிருக்கும்.

எட்டாவது மாதத்தில் கை, கால்கள் அசதியாக இருக்கும்

ஒன்பதாவது மாதத்தில் கர்ப்பத்தில் வலி உண்டாகும்.

கர்ப்ப ஸ்திரிகள் கர்ப்பமுண்டாகி ஏழாவது மாதத்தில் இருந்து சீரகம் திரியடிபிரமாணம், 10 மிளகு எடுத்து 5 லிட்டர் தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து நன்கு ஆறியவுடன் குடித்து வர சளி அறவே குறைந்து விடும். சிசுவுக்கும் சளி நீங்கும். கீரை வகைகளையும் அதிகமாக உணவில் சேர்க்க வேண்டும். கர்ப்பமான எட்டு மாதத்திலிருந்தே சரீர சம்மந்தம் வைத்துக் கொண்டால் குழந்தை கஷ்டமில்லாமல் பிறக்கும். குழந்தை பிறப்பதற்கு ஐந்து மணி நேரத்திற்கு முன்பு வரை சரீர சம்மந்தம் வைத்துக் கொள்ளலாம். இதனை நான் சொல்லவில்லை. சித்தர்கள் கூறியதைச் சொல்கிறேன்.

பெண்கள் கர்ப்பமாக இருக்கும் பொழுது மாங்காய், புளியங்காய், போன்றவை விரும்பி அதிகமாக சாப்பிட்டால் பிறக்கும் மூத்த குழந்தை மந்தமாக பிறக்கும். பெண்கள் கர்ப்பமாக இருக்கும் பொழுது சிறுநீரை அதிகமாக அடக்கக்கூடாது. அவ்வாறு அடக்கினால் பிறக்கும் குழந்தைக்கு வாயில் இருந்து எச்சில் வடிந்து கொண்டே இருக்கும். இடது கையை கழுத்து அளவில் தூக்கிக் கொண்டே கையை ஆட்டிக் கொண்டோ வாயில் சீழ்வடியும். சிறுநீரையும் மலம் கழிப்பதையும் அதிகமாக அடக்கினால் பிறக்கும் குழந்தை குருடாகவும், செவிடாகவும் ஊமையாகவும் பிறக்கும்.

கர்ப்பப்பையில் 3 ½ லிட்டர் தண்ணீரில் அந்த மும்மூர்த்தியின் க ங்கையில் அது தவழ்ந்து கொண்டு இருக்கும். அந்த தண்ணீர் குடம் உடைந்து 16 மணி நேரம் கழித்து ஒரு குழந்தை பிறந்தால் 2 கால்கள், 2 கைகள் விளங்காமல் இருக்கும். மூளை வளர்ச்சியும் இருக்காது. பேச்சும் சரியாக வராது. தண்ணீர் குடம் உடைந்து 16 மணி நேரம் கழித்து பிறக்கும் குழந்தை இவ்வாறு இருக்கும் என்று அறிக. நீங்கள் எத்தனை மருத்துவரிடமும், எத்தனை வைத்தியரிடமும் காண்பித்தால்கூட கேட்காது. அக் குழந்தை 32 வயதிலே இறந்து விடும். கருப்பையில் தண்ணீரின் அளவு குறைவாக இருந்தாலும் இப்படித்தான் குழந்தை பிறக்கும். அப்படிப்பட்ட நோய் உள்ள குழந்தைக்கு நாங்கள் உள்ளே சொல்லியது போல் ஆராக்கீரையை கொடுத்துவர குணமடையும்.

மேலும் கர்ப்பஸ்திரீகள் முக்கியமாக கவனிக்க வேண்டியது தண்ணீர் குடம் உடைந்தது தெரிந்தவுடன் தனது இனக்குறியைச் சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். மேலும் தண்ணீர் குடம் உடைந்த பின்பு ஆகாரம் எதையும் சாப்பிடாமல் வயிற்றை சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

மேலும் பிரசவம் வீட்டிலேயே பார்ப்பதே நல்லது. ஏனெனில் பிரசவம் ஆகும் பொழுது அதிக அளவு அசுத்த ரத்தம் வெளியேறும். மருத்துவ மனைக்குச் சென்று பிரசவம் பார்த்தால் அசுத்த ரத்தம் வெளியேறாமல் இருக்க ஊசி போட்டு விடுவர். இதனால் அசுத்த ரத்தம் வெளியேறாமல் உள்ளேயே தங்கி விடும். இதனால் பிரசவம் ஆன பிறகும்கூட வயிறு பெருத்து உப்பலாகவே இருக்கும். எனவே சுகப்பிரசவம் வீட்டிலேயே பார்ப்பதே மிகவும் நல்லது.

****

நீர் வகைகளும் அதன் குணங்களும்

மாரிசலத்தின் குணம்

சீதளம் பொருந்திய மாரிநீரால், அனைத்து ஜீவராசிகளுக்கும் குளிர்ச்சி, நல்லறிவு, சுக்கிலம், சோனிதம் இவைகள் அதிகரிக்கும்.

ஆலங்கட்டி ஜலம்

சிலேஷ்மப் பிரமேக பெரும்பாடு, நேந்திரத்திற்கு புகைக் கம்மல், கை கால் எரிவு, விக்கல், சுவாசம், மயக்கம், இவைகள் நீங்கும். குளிர்ச்சி உண்டாகும்.

பனி நீர்

பனி நீரைச் சூரியோதயக் காலத்தில் அருந்தினால் சொறி, கிரந்தி, குஷ்டம், தாபம், காசம், கிராணி, தனிவாதம், திரிதோஷம், தேகவறட்சி, நீரிழிவு, இவைகள் அடியோடு நீங்கும்.

ஆற்று நீர்

வாதம், பித்த கோபம், கபதோஷம், தாகம், சரீரத்திற்கு பித்த சம்பந்தமான சிற்சில ரோகம், இவைகள் போகும். சுக்கில விருத்தி உண்டாகும்.

கங்கை நீர்

உட்சூடு, மந்தாக்கினி, க்ஷயம், பித்தகோபம், வாதாதிக்கம், கீழ்ப்பிரமேகம், தேக எரிச்சல், தாகம் இவைகள் நீங்கும்.

யமுனை நதி நீர்

அதிக சுரம், வெண் குஷ்டரோகம், இருமல், வெட்டை, தாகம், பித்த வாந்தி, சுவாசம், அயர்ச்சி, விந்து நஷ்டம், பெண் பாண்டு ரோகம் இவைகள் ஒழியும்.

கோதாவரி நீர்

முத்தோஷக் கோபம், பலவிதச் சொறிகள், உள்சிரங்கு, நடுக்கள் சுரம் இவைகள் நீங்கும்.

துங்கபத்திரா நதி நீர்

வெப்பம், எலுபுருக்கி ரோகம், கரப்பான், விந்து நஷ்டம், கண் புகைச்சல், இருமல், மூத்துக்கிளச்சுரம், சரீர நிறமாறல், இவைகள் நீங்கும்.

நருமதா நதி நீர்

வாந்தி, சுரம், விக்கல், காமாலை, வயிற்றுப்பிசம், கை, கால் மெலிவு, பித்தகிரி சுரம், கபச்சேர்க்கை, சிலேஷ்மவாத தொந்தம், இவைகள் நீங்கும்.

சிந்து நதி நீர்

சரீரக் குடைச்சல், புத்தி மயக்கம், வெட்டை புண், வியர்வை, தாது நஷ்டம், அஸதி, தாது கதசுரம், வெள்ளை மூத்திர கிரிச்சுரம், தாகம், இவைகள் நீங்கும்.

வைகை நதி நீர்

வாதமேகம், குஷ்டம், சோபாரோகம், கரப்பான், தேக எரிச்சல்,தாகம், பாதஷேஷ்வாதம், தாது நஷ்டம், சில விஷம், இவைகள் நங்கும்.

சித்திர நதி நீர்

சரீர நோவு, கரப்பான், வாந்தி, சூலை, குன்மம், தேகத்தின் சூலை, குன்மம், மூத்திரதோஷம், சங்கவாதிரி தோஷம், வாதகோபம், சரீரவீக்கம், ஆகியவைகள் போகும்.

காவேரி நதி நீர்

வயிற்றுப்பாசம், இருமல், இரைப்பு, வீக்கம், சலதோஷம், ரத்த குன்மம், நாவறட்சி இவைகள் நீங்கும். அழகு உண்டாகும்.

தாமிர பரணி நதி நீர்

சகலசுரம், பித்த தோஷம், கண்புகைச்சல், உட்சுரம், சுவாசகை, கால் எரிவு, அதிதாகம் இவைகள் நீங்கும்.

பச்சையாற்று நீர்

நச்சிறுமல், இரைப்பு, ஈளை கபாதிக்கம், வாதகோபம், ரத்தக் கடுப்பு சுரம் உண்டாகும்.

குளத்து நீர்

வாதரோகத்தை விருத்தி செய்யும், மதுப் பிரமேகசலம், சீதளம் இவைகள் உண்டாகும்.

ஏரி நீர், சுனை நீர்

ஏரி ஜலம் வாயுவை விருத்தி செய்யும், வாத பித்த தோஷம் உண்டாகும், இதை ஒரு நாள் வைத்திருந்து மறு நாள் அருந்த உஷ்ணம் உண்டாகும்.

ஓடை நீர்

தாகமும், புஜபலமும் உண்டாகும்.

கிணற்று நீர்

மிகுதாகம் உஷ்ணம், தீபணம், தேக அழற்சி, சூலை, சரீரத்துக் கடுப்பு, இடுப்புக் குடைச்சல், மயக்கம், வீக்கம், பித்த தோஷம், சுவாசம், ஆகியவைகள் விலகும்.

சுனை நீர்

இருமலோடு கூடிய சுரம், வாத கோபம், கபவாத ரோகம், பயித்திய தோஷம் இவைகள் உண்டாகும்.

ஊற்று நீர்

மிகுந்த பித்தம், அதிதாகம் இவற்றை உடனே செய்யும்.

பாறை நீர்

தேகங்சில்லிடல், வாததோஷம், தீராச்சுரம் உண்டாகும்.

அருவி நீர்

ஜலப்பிரமேகம், ரத்த பித்த ரோகம் விலகும். சிலேஷ்மத்தையும், தேகபலத்தையும் உண்டாக்கும்.

****

10 கோண்	..	1 நுண்ணணு
10 நுண்ணணு	..	1 அணு
8 அணு	..	1 கதிர்த்துகள்
8 கதிர்த்துகள்	..	1 பஞ்சிற்றுகள்
8 பஞ்சிற்றுகள்	..	1 மயிர்முனை
8 மயிர்முனை	..	1 நுண்மணல்
8 நுண்மணல்	..	1 சிறு கடுகு
8 சிறுகடுகு	..	1 எள்
8 எள்	..	1 நெல்
8 நெல்	..	1 விரல் (3/4")
12 விரல்	..	1 சாண் (9")
16 விரல்	..	1 அடி (12")
2 சாண்	..	1 முழம் (8")
4 முழம்	..	1 பாகம் (32")
6000 பாகம்	..	1 காதம் (12,000 கெசம்)
4 காதம்	..	1 யோசனை
12 அடி	..	1 குழி
100 குழி	..	1 மா
20 மா	..	1 வேலி

நிறுத்தலளவு

1 உளுந்து	..	1 கிரெயின் (55 மிகி)
4 யவம்	..	1 குன்றிமணி (110 மிகி)
4 நெல்லெடை	..	1 குன்றிமணி (110 மிகி)
2 குன்றிமணி	..	1 மஞ்சாடி (219 மிகி)
2 மஞ்சாடி	..	1 பணவெடை (438 மிகி)
5 பணவெடை	..	1 கழஞ்சு (2.190 கி)
8 பணவெடை	..	1 வராகனெடை (3.5 கி)
10 வராகனெடை	..	1 பலம் (35 கி)
1/4 பலம்	..	1 க.·.சு (8.8கி)
4 க.·.சு	..	1 பலம் (3.5கி)
6 குன்றிமணி	..	1 மாஷம் (660 மிகி)
18 குன்றிமணி	..	1 தோலா(12கி)
1 தோலா	..	1 ருபாய் எடை (12கி)
3 தோலா	..	1 பலம் (35 கி)
8 பலம்	..	1 சேர் (280 கி)
40 பலம்	..	1 வீசை (1.4 கிகி)
6 வீசை	..	1 துலாம் (8.4 கிகி)
8 வீசை	..	1 மணக்கு (11.2 கிகி)
20 மணக்கு	..	1 பாரம் (220.40மிகி)
100 பலம்	..	1 கா (35கிகி)
50 பலம்	..	1 தூக்கு (1.7 கிகி)

சொற்பனவிதி

ஆண்டிவேடம் பூண்டு யாத்திரை செல்லுதல்
காசி க்ஷேத்திரம் போய்வருதல்
மரக்கலத்திலேறி தூரதேசம் சென்று வருதல்
நெருங்கிய பந்துக்கள் கொடிய பகையாதல்
மலத்தில் சறுக்கி விழுந்தெழுந்து மனை சேர்தல்
புராணகாலக்ஷேபங்கள் செய்தல் கேட்டல்
ஆகாயம் கைக்குயெட்டும் படிகாணுதல்
வேட்டையாடக் காணுதல்
இளநீர் கரும்பு கண்ணாடி இவைகாணல்
வெற்றிலை பாக்கு மஞ்சள் வாங்குதல்
சோலைகளிற்சென்று மலர்கொய்தல்
வீடு பற்றிஎரிதல்

இம்மாதிரி சொற்பனங்கள் காணுவார்களாகில் மிகவும் விசேஷ பொருள் வரத்து, கல்யாணம் முதலிய நற்காரியங்கள் தன்னால் நடைபெறுவதுடன் அனைத்து ஐஸ்வர்யங்களும் உண்டாகும்.

யாதொரு பிரயாணமாவது நடக்கும் போது தன்னுடைய நிழல் தனக்கு தெரியாதிருந்தபடி கனவு காண்பாராகில் ஒரு வருடத்தில் மரணம் சம்பவிக்குமென்பர். கண்ணாடி யெடுத்து முகம் பார்க்கையில் தன்னுடைய சிரசு தெரியாதபடி அல்லது கழுத்தளவாயுள்ள முண்டம் மாத்திரம் கண்ணாடியில் தோன்றின படி கனவு கான்பார்களாகிலும் பண்டாரம் அலலது சன்னியாசியை நிச்சன்மயிர் பிடித்திழுக்கும்படி கண்டாலும் ஒரு வருக்ஷத்திற்குள்ளாக மரணமென்பர்.

ஒருவனை ஆந்தை அலறியபடி விரட்டிக் கொண்டு வருவது போல் கனவு கண்டால் அவனுக்கு மூன்று மாதங்களில் மரணம் சம்பவிக்கும்.

தன்னுடைய மூக்கு நுனியை ஒருவன் பார்க்கும் பொழுது மூக்கு நுனி கண்ணுக்குத் தெரியவில்லை எனில் மூன்று நாட்களில் மரணம் ஏற்படும்.

ஆகாயத்தில் பறந்து செல்வது போல் கனவு கண்டால் ஆயுள் அதிகம் என்று அறிக.

கை, கால்களில் சொடக்கு (நெட்டை) போடும் பொழுது சொடக்கு விழவில்லை எனில் அவனுக்கு இரண்டு நாட்களில் மரணம் ஏற்படும்.

ஒரு பெண் கருப்பு சேலை உடுத்தி தன் தலைமுடியை விரித்துப் போட்டுக் கொண்டு, வீட்டு வாசலில் உள்ள திண்ணைக்கருகில் ஒரு கம்பை பிடித்துக் கொண்டு வீட்டைப் பார்த்து சிரித்துக் கொண்டிருந்தால் மறுநாளே இறந்து விடுவான்.

பூஞ்சோலை - பாதரக்ஷை, யானை, குதிரை, மலைகள், தீபம், சங்கு, சூரியன், சந்திரன், அத்திமரம், புளியமரம், ஆலமரம், புன்னைமரம், கனிவர்க்கம், பயிர்நாற்று, மலம், எறும்புக் கூட்டம், மழை பெய்தல், வெள்ளை வஸ்த்திரம், தாசி வீட்டிற்கு போகுதல், மலையேறுதல், பாண்டவர் கதைபடித்தல், கேட்டல், இவைகளில் எவற்றையேனும் சொற்பனத்தில் காணுவார்களாகில் சுபகாரியங்கள் சவுக்கியம் முதலிய நன்மைகள் கூடுமென்று அறிக.

எண்ணெய் அல்லது எண்ணையிட்டு ஸ்நானம் செய்த வானரக் கூட்டம், வானத்து முதுகிலேறி வழி நடத்தல், பிணத்தை மிதித்தல், விறகு முதலிய சுமையெடுத்தல், காகத்தைக் காணல், அழைத்தல், பன்றிகளைக் காணல், எருமை, நாய், புலி, பருந்து கைம் பெண்ணைப் புணர்தல், வானம் இடிந்து விழுதல், விவாகம் செய்தல், ஈரத்துயிலுடுத்தல், பிராமணவாசம், யானை தவறிவிழுதல், இராட்சதர் (லயம்) அம்பு, ஈட்டி, கத்தி-வில் இவைகளில் எதுவாகிலும் சொற்பனத்தில் காணுவார்களாகில் விசனம், அசவுக்கியம், வியாதி சம்பவம், சத்துரு விவகாரம், தூரத்து மரண செய்தி இவைகள் கேட்கவும். அல்லது அனுபவிக்கவும் நேரிடும்.

பதினான்கு வயது பெண்ணை உடலுறவு கொள்வது போல் கனவு காண்பாராகில், அவன் உடலுக்குள் உள் வியாதிகள் அதிகம் என்று அறிக.

****

நாற்பத்து எட்டு நாட்கள்

48 நாள் பரிகாரம் என்று சொல்கிறார்களே, ஏன்? 48 நாள் என்று குறிப்பிட்டுக் கூறுகிறார்களே, 45 நாள் அல்லது 50 நாள் என்று குறிப்பிடலாமே. 48 நாள் என்று குறிப்பிடுவதின் காரணம் என்ன என்று கூறுங்களேன்.

முற்காலங்களில் ஆணும், பெண்ணும் தாம்பத்திய உறவில் ஈடுபட வேண்டும் என்றால் நல்ல நாள், நட்சத்திரம், கிரக நிலைகள், நல்ல நேரம்,பார்த்து வந்தனர். அப்படியெல்லாம் பார்த்து உடலுறவில் ஈடுபட்டு வந்ததால் தான் நல்ல ஆரோக்கியமான, நல்ல கிரக நிலையில் குழந்தைகளைப் பெற்று வந்தனர். ஆனால் இன்றோ அப்படி அல்ல. நல்ல நேரம் எதுவும் பார்க்காமலேயே உடலுறவு கொள்கின்றனர்.

இதனால் நல்ல கிரக நிலையில் குழந்தைகள் பிறப்பதில்லை. ஒருவருடைய ஜாதகத்தை துல்லியமாக கணிக்க இயலாது. எனவே அக் குழந்தைக்குரிய தெய்வம் மற்றும் சரியான பரிகாரம் எதுவென்று முழுமையாக தெரியாமல் போய்விடும். எனவே அக்குழந்தை வளர வளர இடர்கள் வரும். இதனைத் தடுக்க பரிகாரம் செய்யலாம். ஆனால் எந்த நாளில், எந்த திதியில், எந்த கிரக நிலையில் பரிகாரம் செய்ய வேண்டும் எனத் தெரியாது.

எனவே 48 நாட்கள் தொடர்ந்து பரிகாரம் செய்வதின் மூலம் ஒரு குழந்தை பிறந்த திதி, நட்சத்திரம், கிரக நிலை, ஆகியன 48 நாட்களுக்குள் வந்து விடும். அக் குழந்தைக்குரிய தெய்வத்திற்கு பரிகாரம் செய்து விடலாம். 48 நாட்கள் என்று குறிப்பிட்டதற்கு காரணம் 12 ராசிகள், 27 நட்சத்திரங்கள், நவகிரகங்கள் 9 ஆகியன சேர்ந்த கூட்டே 48 என்பதாகும். எனவே 48 நாட்கள் தொடர்ந்து பரிகாரம் செய்வதால் பரிகாரம் நிவர்த்தி ஆகும்.

****

மந்திரம் ஜெபிக்கும் முறை

ஐயா மூலிகைகளுக்கு உயிர் உண்டு என்பது அனைவரும் அறிந்தது. அதே போல் அனைத்து மந்திரத்திற்கும் உயிர் உண்டு என்று ரிஷிகளும் ஞானிகளும் கூறுகின்றார்களே அது உண்மையா?

அது நீயானால் அதுவே சொல்லும்

உண்மைதான் "அடிமேல் அடி வைத்தால் அம்மியும் நகரும்" என்று கூறுவார்கள். அதே போல் ஒரு எழுத்தை பலமுறை உச்சரித்தால் அதற்கு உயிர் உண்டாகிவிடும். இப்பொழுது உள்ள நடைமுறையில் கூட குழந்தைகளுக்கு சீர் அடித்து இருந்தால் சிலபேர் வேப்ப இலையில் மந்திரித்து மந்திரத்தை சொல்லச் சொல்ல குழந்தைக்கு நோய் நிவர்த்தியாகிவிடும். ஒவ்வொரு மந்திரத்தையும் ஏன் 108 முறை 1008 முறை உச்சரித்து உரு ஏற்ற வேண்டும் என்ற முறை எப்படி வந்தது என்றால், 27 நட்சத்திரங்களுக்கும், ஒரு நட்சத்திரத்திற்கு நான்கு பாதங்கள் வீதம் (4x27) 108 மந்திரங்கள். அதே போல் நமது உடலில் சகஸ்காரத்தில் 1008 இதழ் கொண்ட தாமரை உள்ளது. இதில் அனைத்து சக்திகளும் உள்ளது. ஆகையால் தான் 1008 முறை மந்திரம் ஜெபிக்கின்றோம். மேலும் எந்த ஒரு மந்திரத்தையும் வெளிப்படையாக சொன்னால் நூற்றுக்கு 5% தான் பலிக்கும். மனதிற்குள்ளேயே கூறினால் 50% பலிக்கும். ஆனால் வாசியை நிறுத்தி கும்பகம் செய்து சொன்னால் நூற்றுக்கு நூறு சதவிகிதம் பலிக்கும். அறு சுவையை அருந்தக்கூடிய மனிதர்கள் மந்திரம் ஜெபித்தால் பலிக்காது. அவர்கள் ரேசகம், கும்பகம், பூரகம் செய்து கும்பகத்தில் இருந்து கொண்டு மந்திரம் ஜெபித்தால் அம் மந்திரத்திற்கு உயிர் உண்டாகி விடும். இதுதான் உண்மை ரகசியம்.

மேலும் ஒரு மந்திரத்தை ஐந்து லட்சம் உரு ஏற்றுவதை குறைக்க வழி- அமாவாசை அன்று 1008 முறை மந்திரம் ஜெபித்தால் 50,000 வரை உரு ஏற்றியதற்கு சமம். அமாவாசை அன்று ஞாயிற்றுக் கிழமையாக இருந்தால் 1008 முறை மந்திரம் ஜெபித்தால் 60,000 வரை உரு ஏற்றியதற்கு சமம். அதே போல் சூரிய கிரகணத்தன்று 1008 முறை மந்திரம் ஜெபித்தால் இரண்டு லட்சம் முறை உரு ஏற்றியதற்கு சமம். அன்று ஞாயிற்றுக் கிழமையும் பூச நட்சத்திரமும் இருந்தால் 2 ½ லட்சம் முறை மந்திரம் ஜெபித்ததற்குச் சமம். அன்று உரு ஜெபிப்பவர் நட்சத்திரமாக இருந்தால் 2,60,000 முறை உரு ஜெபித்ததற்கு சமம்.

சூரிய கிரகணம் அன்று உத்ராயினமாகவும், ஞாயிற்றுக் கிழமையும், மந்திரம் ஜெபிப்பவரின் நட்சத்திரமாகவும் இருந்தால் 108 முறை மந்திரம் ஜெபித்தால் 5,00,000 முறை மந்திரம் ஜெபித்ததற்கு சமம். மந்திரம் கால் மதி முக்கால்

சுடு எண்ணை, தண்ணீர் மேலே பட்டால் நிவர்த்தி மந்திரம்

"ஊருக்கு மேற்கே பாங்கிணறு. பாங்கிணற்றிலே பச்சை தவக்காய். பச்சைத் தவக்காயிலே செந்தாமரை. செந்தாமரையிலே குலுந்தாமரை. குலுந்தாமரை போல் குளு குளுனு போய்விடு சிவசிவா சிவ சிவா சிவசிவா" இவ்வாறாக இம் மந்திரத்தை ஏழு தடவை கூறினால் வலி போய்விடும். வேதனை அதிகமாக இருந்தால் 16 தடவை மனத் தூய்மையுடன் கூறினால் குணமாகும். இம் மந்திரத்தை மனதுக்குள் கூற வேண்டும்.

சிலந்தி கட்டி நிவர்த்தி மந்திரம்

"ஊருக்கு கிழக்கே வன்னிமரம். வன்னிமரத்திற்கு அடியிலே பிள்ளையார். பிள்ளையார் தலையிலே வெண்ணை. வெண்ணை உருகுவது போல் உருகி விடு சிவசிவா." இம் மந்திரத்தை மூன்று முறை சொல்ல வேண்டும். மந்திரம் சொல்வதற்கு முன் பசு வெண்ணையை எடுத்து கட்டி மீது தடவி, மீதமுள்ள வெண்ணையை வீட்டில் பூஜை அறையில் சுவாமி படத்திற்கு கீழ் வைக்கவும். அதன் பின் இம் மந்திரத்தை மனத் தூய்மையுடன் மனதுக்குள் சொல்ல வேண்டும்.

கண் நோய் தீர மந்திரம்

"லலுலி" என்ற மந்திரத்தை, இடது கையில் ஜலத்தை வைத்துக் கொண்டு 108 முறை அதிகாலையில் ஜெபித்து கண்ணை கழுவ கண் நோய் தீரும். இம் முறையை கண் நோயின் தன்மைக்கு ஏற்ப தொடர்ந்து செய்து தர நோய் நிவர்த்தியாகும்.

(அல்லது)

"எங், கிங் ஓங் சிவாய நம" என்ற இம் மந்திரத்தை சந்திர கிரகணம் அன்று மனதை ஒருமுகப் படுத்தி வடக்கு பக்கம் பார்த்து பத்மாசனத்தில் அமர்ந்து 1008 தடவை ஜெபிக்க கண் நோய் குணமாகும்.

> மந்திரம் கால் மதி முக்கால்

கால்நடைகள் புல், தீவனம் திண்ணாமல் இருந்தால் அதற்கு நிவர்த்தி

"ஓம் - மாதக்கி - ஓம் பரமேஸ்வரி - பார்வதி - லெட்சுமி - கொம்போடே வந்த கோமாரி - அழல் வெக்கை, சீத வெக்கை, தோன்றும் எப்போப்பட்ட வியாதிகளெல்லாம் நானோதிய புல்லோடும், தண்ணீரோடும் போகப் போக சுவாகா."

இம் மந்திரத்தை 108 தடவை ஓதி தீவனத்தை கொடுக்கவும்.

(அல்லது)

தண்ணீர் ஓதிக் கொடுக்க மந்திரம்

"எட்டுத் திக்குங் கட்டினேன், ஏழு கிரகத்தையும் கட்டினேன், பத்து திசையுங் கட்டினேன் படமெடுத்தாடும் பாம்பையுங் கட்டினேன். கொல்ல வந்த கூர்வாள் கூர்பரியை கட்டினேன். வடக்கே போகின்ற வட மண்டலமுங் கட்டினேன் அழைக்க எதிர் வாரீர் சிவா சிவா சிவா சுவா சுவாமி அனை நில்" என்று 108 முறை ஓதி கொடுக்கவும்.

கண் வலிக்கு மந்திரம்

"செந்திமலையில் வந்த தொறு. கண்ணோவு
அந்த மலையில் மழிந்து சிதறி வந்ததெல்லாம்
சிதறி வெள்ளையாக போக சிவா"
என்று தினமும் 16 முறை ஜெபிக்க கண் வலி குணமாகும்.

மூச்சுக்குத்துக்கு மந்திரம்

இடது கையில் விபூதியை பரப்பி வைத்துக் கொண்டு "அனுமந்தா, வாயு புத்திரா, சியாச்சியனே எழுந்திரு, எழுந்திரு" என்று 108 முறை ஜெபித்து விபூதி பூச மூச்சுக்குத்து குணமாகும்.

சகலமான பேய், பிசாசு, சூனியம் நோய்கள் விலக மந்திரம்

'சிவாங் என்று சொல்லிக் கொண்டே இடது கையில் விபூதி பரப்பி அந்த விபூதியில் 'ஓம் அங்கிலி சவ்வு' என்று சக்கரம் எழுதி 'சிவா' என்று 108 முறை உருஜெபித்து அந்த விபூதியை பூச அனைத்து பிணியும் விலகி நன்மைகள் உண்டாகும்

> அது நீயானால் அதுவே சொல்லும்

பழமொழிகளின் உண்மை ரகசியம்

"காற்று உள்ளபோதே தூற்றிக் கொள்" என்று போகர் சித்தர் கூறினார்.

அது என்னவென்றால், ஒரு நாளைக்கு 21600 சுவாசம் இயங்கும். அந்த சுவாசத்தை (காற்றை) 40 வயதுக்கு உள் கட்டுப்பாட்டிற்கு கொண்டு வந்து விட்டால் உடம்பு காயகல்பம் ஆகும். ஆயுள் நீடிக்கும்.

நடைமுறை மாற்றம்

சந்தர்ப்ப சூழ்நிலையை வைத்து காற்று உள்ள போதே தூற்றிக்கொள் என்று இப்பொழுது கூறுகின்றோம்.

"அடி உதவுற மாதிரி அண்ணன் தம்பி கூட உதவ மாட்டான்."

அடி என்பது சிவன், அண்ணன் தம்பி என்பது விநாயகர், முருகன். நம் ஆத்திர அவசரத்திற்கு சிவன் உதவுகின்ற மாதிரி விநாயகரும், முருகனும் உதவ மாட்டார்கள். இதுதான் அர்த்தம்.

"ஜனிநீராடு"

ஜனிநீர் என்பது தினமும் ஜனிக்கக்கூடிய நீர். அன்றாடம் பிறக்கக் கூடியது என்று அர்த்தம். அன்றாடம் ஜனிக்கக் கூடிய நீரில் (ஊற்று நீர்) குளிக்க உடல் ஆரோக்கியம் மேம்படும் என்பதே இதன் அர்த்தம்.

ஒருவன் எப்பொழுது கல்வி கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்

"இரு மார்புக்கு இடைப்பட்ட காலத்தில்"

அது என்னவென்றால், சிசுவாக இருக்கும் பொழுது தன் தாயுடைய மார்பைப் பிடித்து பால் குடிக்கின்றோம். அதற்கு பின் தன் மனைவியின் மார்பைப் பிடிக்கச் செல்வோம். அந்த மார்புக்கும், இந்த மார்புக்கும் இடைப்பட்ட வயது 25. இந்த 25 வயதிற்குள் கல்வி கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். அவன் பெண் மாயைக்கு சென்று விட்டால் அவனுக்கு படிப்பு வராது. இதுதான் அர்த்தம்.

"ஊரார் பிள்ளையை ஊட்டி வளர்த்தால் தன் பிள்ளை தானே வளரும்"

ஊரார் பிள்ளை என்பது, தன் மனைவி. அவளை எப்படி உணவு கொடுத்து பார்த்துக் கொள்கின்றோமோ அந்த உணவானது தொப்புள் கொடி வழியாக சென்று வயிற்றில் இருக்கும் தன் பிள்ளைக்கு போய்ச் சேரும். இதுதான் மேற்கூறியதன் அர்த்தம்.

"ஆறிலும் சாவு, நூறிலும் சாவு"

புராணத்தில் பாண்டவர்கள் படையில் 5 பேர். கௌரவர்கள் படையில் 100 பேர். இருவருக்கும் இடையே போர் நடக்கும் பொழுது கிருஷ்ணர் பாண்டவர்கள் கூட சேர்ந்ததால் ஆறு ஆளாக மாறி ஆறுபேர் கூட இருந்தாலும் சாவு, 100 பேர் கொண்ட கௌரவர் படையில் சேர்ந்தாலும் சாவு. ஆதலால் ஆறிலும் சாவு, நூறிலும் சாவு என்று கூறினர். இதுதான் அதன் அர்த்தம்.

நடைமுறை மாற்றம்

ஆறு வயதிலும் சாவு, நூறு வயதிலும் சாவு. ஆதலால் எதற்கும் பயப்படக்கூடாது என்று கூறுகின்றோம்.

"தாய் பத்தடி பாய்ந்தால், பிள்ளை பதினாறு அடி பாயும்"

தாய் என்பது வாழை மரம். அதை 10 அடிக்கு ஒன்றுதான் ஊன்ற வேண்டும். பிள்ளை என்பது தென்னம்பிள்ளை. அதை 16 அடிக்கு ஒன்றுதான் ஊன்ற வேண்டும் என்பதுதான் இதன் அர்த்தம்.

வர்மக் கலை

ஐயா, ஒரு மனிதன் மரத்தின் கீழ் நின்று வேலை பார்த்துக் கொண்டிருக்கின்றான். அப்போது மரத்தின் மேல் உள்ள காய்ந்த விறகானது அவரின் வர்ம முடிச்சின் மேல் பட்டு பாதிப்பு ஏற்பட்டால் அவரை வர்ம முடிச்சை குணப்படுத்தி எழுப்ப முடியுமா? மேலும் வர்மத்தில் அடிபட்டவர்களை எழுப்புவது பற்றி தெளிவாக கூறுங்களேன்.

குரு முன்நிற்க வேணும்,
ஆதியென்னும் முப்பொருளை மனதில் எண்ணி
அகர்திகனால் வர்மம் கண்டு
ஜோதி யென்னும் முப்பதுக்குள் சுருக்கிப்பாடி
தொல்புவியில் எந்தனுக்கு ஈசன் சொன்னார்
வாதிகளை வர்மம் அதில் அடிகள் பட்டால்
பாரப்பா! படுவர்மம் பன்னிரெண்டும் சூஸ்திரம்
தன்னை நம்பி தொல்புவியில் ஈசன் சொன்னார்
விதிகளை வர்மம் இதில் அடிகள் பட்டால்

பாரப்பா! படுவர்மம் சூஸ்திரம் தன்னை பகர்கின்றேன்
நேரப்பா! நெற்றியில் நெல் இடை தானாகி
ஊரப்பா உற்றதோர் சேர்த்தகலம்
உண்மையுடன் அடிகள் பட்டால்
பாரப்பா! படுவர்மம் தன்னை பகடுகின்றேன்
தேரப்பா! இதை அறிந்து தெளிவில் நின்று
தெளிவாக கருத்தில் வைத்து மனதில் ஆற்றி
சீரப்பா! வெகுகாலம் முன்பின் பார்த்து
சினம் கோபம் இல்லாத போகளுக்கு
ஊரப்பா! உற்றதோர் தீர்த்தகலம்
உண்மையுடன் அடிகள் பட்டால்
ஆரப்பா! அத்தலத்தில் வர்மம் கண்டால்
அணார்ந்து நிமிர்ந்து நிற்கும்
கூறப்பா! நாழிகைதான் மூணே முக்கால்
முழித்திட்டேன் முடிதூக்கி முகம்நாடி
சிரசில் ஓர் அரை அரைந்தால்
எழுந்திருப்பான் என்று சித்தர் செப்பினாரே!

தென்னாட்டில் உருவாக்கப்பட்ட உன்னதமான கலை வர்மக் கலை. இந்த கலை இப்பொழுது மறைந்து கொண்டே வருகிறது. அதற்குக் காரணம் மக்களுடைய முன்கோபங்களும், பொறாமையும் தான். தன் கூடப்பிறந்தவனாக இருந்தால் கூட அவனை எப்படி கெடுப்பது. எப்படி வர்மத்தில் தட்டுவது என்று எண்ணுகிறார்கள். ஆதலால் தன் பிள்ளையாக இருந்தாலும் இக் கலையைச் சொல்லிக் கொடுக்கக் கூடாது. சிவயோகிகளுக்கு மட்டும்தான் சொல்லிக் கொடுக்க வேண்டும். ஆனால் இக் காலத்தில் அப்படி ஒரு சிவயோகிகள் இல்லை என்பதால் இக் கலை வளராமல் அழிந்து கொண்டே இருக்கிறது. நாங்களும் இங்கு வர்மக்கலை பற்றி கூறவில்லை. வர்மத்தில் அடிபட்டவர்களை எப்படி எழுப்புவது என்றுதான் கூறுகிறோம். அது எவ்வாறு என்றால்

படுவர்மம் 12, தொடுவர்மம் 96, அடக்கக்காலம்-1 என மொத்தம் 108 வர்மங்கள். இதிலே அண்டவர்மம், பிண்டவர்மம், விந்துவர்மம், தண்டுவர்மம் என்று அதிக வர்மங்கள் 152 உள்ளன. இதில் இருந்து விடுபடுவது எவ்வாறு.

தண்ணீரை முகத்தில் தெளிக்கும் முறை

"முன்கட்டு, பின்கட்டு, பிரிவினைகட்டு, பக்ககட்டு, நேர்கட்டு, நெத்திக்கட்டு, உருட்டுக் கட்டு, அலுக்குகட்டு, அடிமரக் கட்டு, அனுமந்திரக்கட்டு, இந்திரபவானே கூடப்பிறந்த சந்திரபவானே நெருப்புக்கு குடம் கொண்டு நீர்க்குப் போக சிவா" என்று, செம்பில் தண்ணீர் வைத்து மந்திரிக்கவும்,

"சிவா நசிமசி நசிமசி" என்ற மந்திரத்தைச் சொல்லி மூன்றுமுறை தண்ணீர் தெளித்து, முடியை பிடித்து தூக்கி தரையில் உட்கார வைத்து அவன் உச்சிதலையில் ஓங்கி ஒரு அடி அடித்து மும்மூர்த்திகளை நினைத்து உச்சி தலையில் இருக்கும் கைக்கு அடங்கும் முடியை மூன்றுமுறை மேல் நோக்கி இழுக்க வேண்டும். அதற்குப் பின்பு சுக்கை அரிசியில் போட்டு வேகவைத்து கஞ்சியாக கொடுக்க வேண்டும். பின் ஒருவர் சுக்கை நன்கு மென்று மூக்கிலும், காதிலும் ஊத வேண்டும். அதற்குபின் அனைத்து வர்மங்களையும் குணப்படுத்துவது ஆராக்கீரை, இக் கீரையை காலையிலும் மாலையிலும் சாப்பிட்டு வர குணமாகும்.

மூலிகைகளைப் பறிக்கும் முறை

ஐயா, மூலிகைகளை, உங்கள் கையினாலேயே பறித்துக் கொடுங்கள். நீங்கள் உங்கள் கையினால் பறித்துக் கொடுத்தால் ராசி என்று கூறுகிறார்களே! நீங்கள் மூலிகை பறித்துக் கொடுத்தால் ராசி என்று கூறுவது சரியா? இது சாத்தியமாகுமா?

நன்றாக கேட்டீர்கள். கைராசி என்பதும் உண்மையே. ஆனால் ஒவ்வொரு மூலிகையையும் பறிக்கும் பொழுதும் அதற்கென்று உள்ள முறையில் காப்புக் கட்டி, சாப நிவர்த்திகளைச் செய்து பறித்தால் அம் மூலிகைக்கு அதிக சக்தி கிடைக்கும். இவ்வாறு முறைப்படி மூலிகைகளைப் பறித்தாலும், நோய் உடனே குணமாக வேண்டும் என்ற எண்ணத்தோடு பறிக்கும் பொழுதும் அம் மூலிகைக்கு அதிக சக்தி உண்டாகும். இது பற்றி விரிவாக கூறுகிறேன்.

மூலிகைகளை பறிக்கும் முறை

கிழக்கே, சூரியகலை, மேற்கே சந்திர கலை, எனது குருநாதர் ஆணைபடி கட்டினேன். முன் கட்டும் கட்டினேன். பின்கட்டும் கட்டினேன். மூலிகைகளை பறிக்கும் பொழுது காலையில் கிழக்கில் நின்று கொண்டு மேற்கே பார்த்தும், மாலையில் மேற்கே நின்று கொண்டு கிழக்கே பார்த்தும் பறித்தால் அம்மூலிகைக்கு உயிர் உண்டு. மேலும் தெற்கு திசையில் நின்று கொண்டு வடக்கு பார்த்து பறித்தால் இன்னும் சிறப்பு.

அம்மூலிகைகளை அமாவாசையும், ஞாயிற்றுக் கிழமையில் சேர்ந்த நாளில் பறித்தால் அதிக பலன் உண்டு. அன்று பூச நட்சத்திரம் என்றால் மிகவும் அதிக பலன்கள் உண்டு.

அமாவாசையன்று பறிக்கும் மூலிகைகளுக்கு ஆறுமாதம் வரை சக்தி இருக்கும். மற்ற நாட்களில் பறித்தால் இரண்டுமாத காலம் மட்டுமே பலன் தரும். சூரிய கிரஹணம் அன்று காப்புக் கட்டி பறித்தால் இரண்டு வருடம் முதல் இரண்டரை ஆண்டுகள் வரை கெட்டுப் போகாமல் இருக்கும்.

தை மாதம் முதல் தேதியில் ஒரு மூலிகைக்கு காப்பு கட்டிப் பறித்தால் அந்த மூலிகைக்கு உன் வாழ்நாள் முழுவதும் சாவ நிவர்த்தியும் காப்புக் கட்டவும் தேவையில்லை. இது அனைத்து மூலிகைகளுக்கும் பொருந்தும்.

இல்லையெனில் 'வங்-யங்-சிங்-நசி-மசி-மசி-மசி' இப்படி காலை எழுந்தவுடன் காலை கடன்களை முடித்து விபூதியை எடுத்து சூரிய பகவானை தரிசித்துவிட்டு நெற்றியில் திலகமிட்டு, மேற்கண்ட மந்திரத்தை பதினாறு முறை தினமும் செபித்து வர எந்த மூலிகைக்கும் (20 லட்சம் மூலிகைகளுக்கும்) சாப நிவர்த்தி செய்ய வேண்டியதில்லை. நோய்கள் குணமாக சூரியன் இறங்கும் பொழுதில் பறித்தாலும், அன்று தேய்பிறை இருந்தாலும் நோய்கள் விரைவில் குணமாகும். நோயாளிகளுக்கு தேய்பிறையில் மூலிகைகளைக் கொடுக்க அதிக பலன் தரும்.

சூரிய கலையில் ஒடும் பொழுது மருந்தை அருந்த சொன்னால் மிக்க நன்று. உடனே மூலிகை வேலை செய்யும். மருந்து கொடுக்கும் பண்டிதர் மேற்கு பக்கம் நோக்கி நின்று மருந்து கொடுத்தால் மருந்து உடன் வேலை செய்து நோய் விரைவில் குணமாகும். நோயாளி கிழக்குப் பக்கம் திரும்பி நின்று மருந்து வாங்கினால் அதிக பலன் தரும்.

மூலிகைகளுக்கு உயிர் கொடுத்து வாங்கும் விதம்

ஓம் மூலி மஹாமூலி ஜீவ மூலி

உன் உயிர் உன் உடலில் நிற்க சுவா

என்று மூன்று முறை சொல்லி சிறிது விபூதியும், அறுகம்புல்லும் மூலிகையின் மேலே போட்டு நமஸ்காரம் செய்து கொள்ள மூலிகை உயிருடனிருந்து பலன் கொடுக்கும்.

மூலிகை சாப நிவர்த்தி

"ஆனை முகனை அனுதினம் மறவேன் அகஸ்தியர் சாபம் நசி நசி பதினெண் சித்தர் சாபம் நசி நசி வேர்கள் நசி நசி மூவர்கள் சாபம் நசி நசி மூலிகை சாபம் முழுவதும் நசி நசி மசி மசி மசி" என்று மூன்று முறை சொல்லி கொஞ்சம் விபூதியை மூலிகையின் மேலே தூவி நமஸ்காரம் செய்ய மூலிகை சாபம் நிவர்த்தியாகும்.

மூலிகைகள் கெடாமல் இருக்க

கன்னிகழியாத வெள்ளாட்டின் தோலை எடுத்து பை போல தைத்து அதனுள் மூலிகைகளை போட்டு வைத்திருந்தால் எத்தனை ஆண்டுகள் ஆனாலும் அம் மூலிகை கெடாமல் இருக்கும்.

மூலிகை சாப விமோசனம்

பரமேஸ்வர் சாபம் - நசி - மசி

பார்வதி சாபம் - நசி - மசி

அரிஹர சாபம் -நசி-மசி

நந்தி சாபம் - நசி-மசி

அகஸ்தியர் சாபம் - நசி-மசி

பதினெண் சித்தர்கள் சாபம் -நசி-மசி-நசி-மசி

மசி-மசி-நசியமாகக்கடவ சுவாஹா.

இதனை சரிகை முறையோர் 15 தடவையும், யோக முறையோர் 10 தடவையும், துவிதபார் 5 தடவையும், ஞான சிவயோகிகள் 3 தடவையும் சொல்லி சாப நிவர்த்தி செய்ய வேண்டும்.

மூலிகைக்கு காப்பு கட்டும் முறை

மூலிகைக்கு ஞாயிற்றுக் கிழமை, செவ்வாய் கிழமை, வியாழக்கிழமை இம் மூன்று நாட்கள்தான் காப்பு கட்ட வேண்டும். மூலிகைக்கு காப்பு கட்டுவதற்கு முன்பு அந்த மூலிகையைச் சுற்றி சுத்தம் செய்து, மூலிகையின் மேல் மூன்று முறை

மஞ்சள் பொடி கலந்த தண்ணீரைத் தெளித்துவிட்டு பின் தேங்காய், பழம், வெற்றிலை பாக்கு, சூடம் வைத்து படைத்து ஐந்து எலுமிச்சம் பழத்தை அறுத்து அதில் குங்கும் தடவி எட்டு திசைகளுக்கு போட்டு வானத்துக்கும் பூமிக்கும் சேர்த்து மொத்தம் பத்து திசைகளுக்கு திசைக்கட்டு கட்டவும். மூலிகையின் அருகில் ஒரு எலுமிச்சம்பழத்தை வைக்க வேண்டும். பின் கன்னிகழியாத பெண்ணிடம் பருத்திப் பஞ்சை கொடுத்து அதை நூலாக திரிக்கச் சொல்லி, அந்த நூலில் முனை முறியாத மஞ்சளைக் கட்டி, அதை கிழக்கு அல்லது வடக்கு பக்கம் பார்த்தவாறு நின்று கொண்டு மூலிகையின் அடிப்பாகத்தில் ஒரு முறை மந்திரம் சொல்லி ஒரு முடிச்சும், இரண்டாவது முறை மந்திரம் சொல்லி இரண்டாவது முடிச்சும், மூன்றாவதுமுறை மந்திரம் சொல்லி மூன்றாவது முடிச்சும் போட்டு, ஒரு மந்திரத்தை மூன்று முறை சொல்லி காப்பு கட்ட வேண்டும். இந்த ஞாயிற்றுக் கிழமை காப்பு கட்டுகிறோம் என்றால் அடுத்த ஞாயிற்றுக் கிழமை மூலிகையில் அருகம்புல் சாத்தி, திருநீறு போட்டு, தூப தீபம் காட்டி மூலிகையை பறிக்க வேண்டும். இதுவே மூலிகைக்கு காப்பு கட்டும் முறை. மூலிகைகளுக்கு காப்பு கட்டும் பொழுது மஞ்சளில் விநாயகர் பிடித்து அம் மூலிகையின் அடியில் வைத்து காப்பு கட்ட அதிக பலன் தரும்.

மூலிகைகளின் சாப நிவர்த்தி

கவிழ்தும்பை :- ரிங் ரிங்- 408 முறை செபிக்கவும்

சிறுதும்பை :- டங் டங் டங் - 800 முறை செபிக்கவும்

(இன்னொரு முறை)

அரி அரி அரி அரி - 800 முறை செபிக்கவும்

பொன் முசுட்டை :- ஓம் - 1 லட்சம் முறை

நத்தைச்சூரி :- ஓம்-சூ-சூ-சூ - 4 லட்சம் முறை

சூரியகாந்தி :- ஓம்-வா-வா- 1 லட்சம் முறை

விஷ்ணு கிரந்தி :- ஓம்-சிம்-சிம்-சிம் - 1 லட்சம் முறை

குப்பைமேனி :- ஓம்-தூ-தூ - 1 லட்சம் முறை

ஆனை வணங்கி :- ஓம் - ஹ்ரீங்ரீ - 1 லட்சம் முறை

ஜோதி விருட்சம் :- ஓம்-தா-தா- 1லட்சம் முறை

தலை சுருளி :- ஓம் ரிம்-ரிம்-ரிம் - 1 லட்சம் முறை

செந்தொட்டி :- ஓம்-ரும்-ரும்-ரும் - 1லட்சம் முறை

ஆகாச கெருட மூலி

(கொள்ளங் கோவங் கிழங்கு) :- ஓம்-டங்-டங்-டங் 1 லட்சம் முறை

கங்சாங் கோரை :- ஓம்-குரு-குரு - 1லட்சம் முறை

கருவூமத்தை :- ஓம்-ரங்-ரங்-ரங் 1 லட்சம் முறை

பெருவாகை :- ஓம்-நமசிவாய - 1லட்சம்

ஆராக்கீரை :- ஜல் ஜல் வா வா 16 தடவை

1. சீதேவி செங்கழுநீர்
   ஓம் ஸ்ரீதேவி பிரசகல வசிகரி குரு குரு மூலி
2. நீல ஊமத்தை
   மாதாவே, கிருகணி, வருகணி, அம்பா நமகிரி வசிய வசிகரஞ்செய்
3. வெள்ளெருக்கு
   காங் கீங் கூங் கெங் கணபதி லோக வசிகர மஹவ தேவு
4. வெள்ளை விஷ்ணு கிராந்தி
   ஓம் ஓம் ஸ்ரீம் ஸ்ரீம் சிம்சிம்
5. கருஞ்செம்பை
   ஓம் ஐயும் கிலியும் சவ்வும் சாமளரூபி ஓம் சாம்பவிசி யுங் கிலியும்
6. வெண்குன்றி
   ஓம் வம் மம் மம் வசி வசி வசி மிருக வசிகரி
7. பொற்றிலைக் கையான் தகரை
   தேவமிருங்கி மகாமிருங்கி, ஜெய ஜெய ஸ்ரீ பவ
8. செந்நாயுருவி
   ஓம் சௌவும் ஐயும்
9. வெண்ணூமத்தை
   மத்தோனமத்தி, மத்தோனமத்தி, ஓம் ஷம் சக்தி
   ஜென மோகினி நமா
10. மருளூமத்தை
    ஓம் தெய்வ மோகினி வருக வருக
11. ஆலம் விழுது
    மாயாமோகி, மகாமோகி, ராஜமோகி, ஜெய ஜெய

12. நன்னாரி

ஜீவி ஜீவி ஜெனனமோகி, சோதி ஜெகன் மோகி

13. கிராம்பு

ஓம் ஓம் ஓம்

14. சூவளை

மிருகரி ஜென்மி தேடிவரி சுவாஹ

15. உள்ளொட்டி

வசி வசி இன்னால் ஆக்ரஷினி

16. பிரவொட்டி

சா்வாக்ரஷணி சுவாஹ

17. சிறு முன்னை

பக்ஷ பக்ஷ ராஜா கருணிவாத ஆக்ரஷி - 108

18. குப்பை மேனி

விஸ்வாமித்திர சுவாஹ

19. சிறியா நங்கை

ஓம் கருணீ சா்வ மோகிசா்வ ஆக்ரஷணி சுவாஹ

20. கட்டுக் கொடி

ஜிலாவலு ஐபெந்து பெந்தாலு பெந்தரு

21. பால்புரண்டி

நீல கண்டி விஜைய விஜைய தம்பய ஓம் ஓம்

22. பரட்டை

ஜெலமல ஸ்தம்பனீ காளி கெங்காளி நமா

23. நீா் முள்ளி

ஓம் மேகநாத ஈவிசுவசு ஸ்ரீபா மேகஸ்தம்பா ஜலஸ்தம்பா

24. நத்தை சூரி

ஓம் வச்சிரரூபி சொரூபி ஆவிரி சுவாஹ

25. சக்தி சாரணை

ஓம் பாா்வதிபரமானந்தி கமல வல்லி சத்தமாதா மாயி

26. பூமி சா்க்கரை

மந்திர ரூபதேச பாரத்தரூபி யெயாநம

27. குதிரை வாலி

சடிய சடா யதுமசடா

28. பேய் மிரட்டி

வரு வரு சாடி

29. மான் செவிக்கள்ளி

கருணி கருணி ஆங்காரி சக்தி தாயி உச்சாடி உச்சாடி

30. தேள் கொடுக்கு

சிவ்வும்

31. கொட்டைக் கரந்தை

மாந்தா் பிலம் மரிக்க சுவாஹ

32. கண்டங்கத்திரி

உம் உம் தும் தும் உச்சாடு உச்சாடு

33. மருதோன்றி

புரகரி முகரரி சுவாஹ - 1008

34. கருங்காக்கணான்

வித்தியே ஷாயாநம மோகினி வாவா

35. வெள்ளைக் காக்கனான்

வெட்கணா சுவாஹ

36. திருகு கள்ளி

சோரா சோரா ராரா சோரா பூத தெஷணாய

37. ஆடு தின்னாப் பாளை

சாம்பவி தெஷிணி சா்வ பிசாசெல்லாம் தெரிய சுவாஹ

38. யேரண்டம்

வானமுகி சொரி சா்வ பூதம் பசாசு யோகநாயா

39. கீழா நெல்லி

தெஷிணிவாயி அங்சனாமூலி சகல பதாா்த்தமுந் தொய

பந்திவிட்டுப் பரிய சுவாஹ.

40. தொழு கண்ணி

வசி வசி

41. எருக்கு

சா்வரேகி சித்த மோகினி சா்வாக் ரஷனி சாம்பவி சுவாஹ- 1008

42. வட்டத்துத்தி

மல்லல்லா - 1008

43. செம்பசலை

கிலியும் நீயும்

44. மாவிலங்கு

தடகரரணி சம்பட்டு சகஸ்நிரப்பட்டு சூலி தந்து தல்லிபட்டு - 1008

45. பாதிரி

பரமாணந்தபூத பேதினி பார்வதி பஞ்சலி சுவாஹு- 1008

46. கோழயாவாரை

தேவி பிரம்ம பேதி தேவாதி பேதி

47. நீர்நெருப்பு

அக்கினி ரூபி சர்வ கிரகபாணி சர்வேஸ்வரி நமா

48. நச்சுப்பல்

விரிகிரி விஷ கரி

49. நிர்விஷம்

மிருக மாரணி சுவாஹ

50. சித்திரமூலம்

அக்கினி ஸ்ரீபி அகோரி அதிக சுவாலினி தேவியம்மா

51. மருதோன்றி

புரகரி முகாரி சுவஹெவும் பட்டு - 1008

சித்த வைத்தியம்

வயிற்றுப் புண்ணுக்கு

நாட்டுக் கருவேலம் மரத்தின் கொழுந்து இலையை பாலில் அரைத்து பத்து முதல் பன்னிரெண்டு நாட்கள் வரை சாப்பிட்டு வர வயிற்றுப் புண் ஆறும்.

(அல்லது)

வாழைப் பழத்தை நன்கு பிசைந்து அதனுடன் நல்லெண்ணெய் சேர்த்து மறுபடியும் நன்கு பிசைந்து அதனை இரவு முழுவதும் ஊற வைத்து அதனை காலையில் வெறும் வயிற்றில் நான்கு முதல் ஐந்து நாட்கள் வரை சாப்பிட்டு வர வயிற்றுப்புண் ஆறும்.

கண்பார்வைக்கு

எள்ச் செடியின் பூ ஏழு எண்ணம் எடுத்து உள்ளங்கையில் வைத்து நன்கு கசக்கி பல் படாமல் வாயில் போட்டு விழுங்க வேண்டும். இவ்வாறு ஒன்பது நாட்கள் வரை செய்து வர கண்ணுக்கு நல்ல ஒளி உண்டாகும். பூவைப் பறிக்கும் பொழுது யாரிடமும் பேசக்கூடாது.

இருமல், புகைச்சலுக்கு

கண்டங்கத்திரி நான்கு , சீரகம், இரண்டையும் நெல்லிக்காயளவு எடுத்து சேர்த்து அரைத்து அதனுடன் வெங்காயத்தை பிசைந்து அடை செய்து, அதனை தேங்காய் எண்ணெயில் பொறித்து சாப்பிட்டு வர இருமல், புகைச்சல் குறையும்.

(அல்லது)

கடுக்காயை உடைத்து விதையை நீக்கிவிட்டு பாதி அளவு கடுக்காயை வாயில் உதப்பிக் கொண்டு அதன் உமிழ்நீரை விழுங்கி வர இருமல், புகைச்சல் குணமாகும். இவ்வாறு இரண்டு மூன்று நாட்கள் செய்து வர வேண்டும்.

வயிற்றுக் கடுப்புக்கு

மாங்கொட்டையில் உள்ள பருப்பை காய வைத்து இடித்து பொடி செய்து, திரியடிபிரமாணம் சாப்பிட்டு வர வயிற்றுப் புண், வயிற்றுக் கடுப்பு குணமாகும்.

குமுலம் இலையை தண்ணீருடன் சேர்த்து பிசைந்தால் கோந்து போன்ற கெட்டியான நீர் வரும். அந் நீரை வடிகட்டி அருந்தி வர அடுத்த நிமிடமே வயிற்றுக் கடுப்பு குணமாகும்.

(அல்லது)

கருவேப்பிலையை அரைத்து நெல்லிக் காயளவு சாப்பிட வயிற்றுக் கடுப்பு நிற்கும்.

(அல்லது)

கவிழ்தும்பை இலையை பறித்து அதனுடன் சீரகம் சேர்த்து அரைத்து சிறு வெங்காயம் சேர்த்து பிசைந்து வடை போல் செய்து அதனை நல்லெண்ணையில் பொறித்து சாப்பிட வயிற்றுக் கடுப்பு தீரும்.

> கபமே எமனாகும். நித்திரையே சத்துருவாகும், பசியே நோயாகும். இம்மூன்றும் எமன், காலன், தூதன்.

குழந்தை பேதிக்கு

வாழைப்பட்டைச் சாற்றை பிழிந்து கொடுக்க பேதி நிற்கும்.

(மேலும்)

குளுக்கோஸ் ஏற்றியும் நிற்காமல் போகும் கடும் பேதிக்கு 10 நிமிடம் கழுத்தளவு நீரில் நின்றால் பேதி உடனே நிற்கும்.

(அல்லது)

குமுல இலையை தண்ணீரில் பிசைந்து ஒரு தம்ளர் அளவு கொடுக்க பேதி நிற்கும்.

(அல்லது)

நெருஞ்சிச் செடியை இடித்து எட்டு தம்ளர் அளவு தண்ணீர் ஊற்றி, ஒரு தம்ளர் அளவுக்கு சுண்டக் காய்ச்சி, ஆறிய பின் பருகிவர பேதி நிற்கும்.

எலி, பெருச்சாளி கடிக்கு

முற்றின தேங்காயை மென்று தின்றால் குணமாகும்.

தேள் கடிக்கு

வலது பக்கம் தேள் கடித்திருந்தால், உப்புக்கல் நான்கினை எடுத்து நன்கு தண்ணீரில் கரைத்து, இடது கண்ணில் நான்கு துளிகள் இட்டால் விஷம் இறங்கும். இவ்வாறு இடப்பக்கம் கடித்தால் வலது கண்ணில் உப்பு நீரை இட வேண்டும்.

ரத்த காசம் தீர

ஆடா தொடா இலை ½ கிலோ எடுத்து நன்றாக இடித்துக் கொள்ளவும். நல்லசீரகம் - 25கிராம் எடுத்து அம்மியில் மசிய அரைத்துக் கொண்டு இரண்டையும் கலந்து கொண்டு பிட்டவியல் அவித்து கீழே இறக்கி வைத்துக் கொண்டு அந்த இலையை சாறு பிழியவும். அதில் சம அளவு தேன் கலந்து காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட ரத்தகாசம் சளியில் ரத்தம், ரத்த வாந்தி முதலியவை தீரும். (செய்து கை கண்டது)

கர்ப்பப்பை வளர்ச்சிக்கு

அத்திப் பழம், ஆலம்பழம், அரசம் பழம் இவற்றைக் காயவைத்து இடித்து பொடி செய்து காலை மாலை இரு வேளையும் நெல்லிக் காயளவு சாப்பிட்டு வர கர்ப்பப்பை வளர்ச்சி பெறும்.

தலைச் சுற்றுக்கு (கிறு கிறுப்புக்கு)

முசு முசுக்கையை ஒன்றிரண்டாக இடித்து ரசத்தில் போட்டு சாப்பிட்டு வர பித்தம் கிறு கிறுப்பு தீரும்.

காது வலிக்கு

முசுமுசுக்கை இலையுடன் வெங்காயம் சேர்த்து அரைத்து அதன் சாறை மூன்று துளிகள் காதில் விட்டுவர காதுவலி தீரும். காது இரைச்சல் போகும்.

தீராத மாத விடாய்க்கு

வெல்வெட்டு துணியை எரித்து அதன் சாம்பலை தேனுடன் சேர்த்து சாப்பிட்டவுடன் மாதவிடாய் நிற்கும்.

கண்ணில் புண் ஆறுவதற்கு

ஆண் அலுங்கு ஓட்டை, பெண் குழந்தை பெற்றுள்ள பெண்ணிடம் இருந்து தாய்ப்பால் வாங்கி அதில் உரசி பெண்கள் கண்ணில் உள்ள புண்ணுக்கு போட்டு வர குணமாகும். இதே போல் பெண்அலுங்கு ஓட்டை எடுத்து ஆண் குழந்தை பெற்றுள்ள பெண்ணிடம் இருந்து தாய்ப்பால் வாங்கி அதில் ஓட்டை உரசி ஆண்களின் கண்ணில் புண் இருந்தால் தடவி வர புண் ஆறும்.

பல் வலிக்கு

மாட்டுக் கோமியத்தால் மூன்று முறை வாய் கொப்பளிக்க பல் வலி உடனே தீரும்,

(அல்லது)

கண்டங்கத்தரி பழத்தை காயவைத்து இடித்து பொடி செய்துகொள்ள வேண்டும். பின்பு ஒரு பெரிய கத்தியை எடுத்து நன்கு தீயில் பழுக்கக் காய்ச்சி, கண்டங்கத்திரிப் பொடியை சிறிது போட்டு வேப்ப எண்ணையை ஊற்றி கண்களை மூடிக் கொண்டு, அதன் புகையை வாயினைத் திறந்து ஆவி பிடிக்க பல்வலி குணமாகும். ஈறு வீக்கமும் குணமாகும்.

(அல்லது)

பல்வலி, ஈளிர்வீக்கம், பல் சொத்தையாக இருந்தால் வெள்ளை ஆதாழை வேர் செந்நாயுருவி வேரில் பல் துலக்க நோய் குணமாகும்.

இரத்தப் போக்கு குணமாக

தாதரிப்பூ என்ற காட்டத்திப்பூ - வை எடுத்து இரண்டு தம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு அரை தம்ளர் அளவுக்கு சுண்டக் காய்ச்சி வெறும் வயிற்றில் இரண்டு மூன்று வேளை சாப்பிட இரத்தப் போக்கு குணமாகும்.

விடாத பேதிக்கு

காய வைத்த மாதுளம் பழத் தோல் பொடி அரைத் தேக்கரண்டி அளவு எடுத்து எட்டு தம்ளர் தண்ணீரில் போட்டு அரை தம்ளர் அளவுக்கு சுண்டக் காய்ச்சி வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட விடாத பேதி உடனே நிற்கும்.

நாய்க்கடி புண்ணுக்கு

கோழி எச்சம், சிறு வெங்காயம் இரண்டையும் எடுத்து நன்கு அரைத்து நாய்க்கடித்த இடத்தில் தடவி வர புண் உடனே ஆறும்.

சர்க்கரை நோய்க்கு

வெள்ளை அருகு பொடி ஆவாரம் பொடி மதுரமர பட்டை பொடி, நாவல் மர பட்டை பொடி, நாட்டுக்கருவேலை பட்டை பொடி இவை அனைத்திலும் சம அளவு எடுத்து கலந்து "EmptyCapsule"ல் அடைத்து தினமும் காலை மாலை இருவேளையிலும் மூன்று மாதங்கள் சாப்பிட நோய் தீரும். இம்மருந்தை சாப்பிடும் போது ஆங்கில மருந்தும் சாப்பிடலாம். எந்த பக்க விளைவும் இல்லை. மூன்று மாதங்கள் கழித்தும் நாட்டு மருந்தை தொடர்ந்து சாப்பிடலாம்.

கபால பித்தம் தீரும்

கொத்தமல்லி விதை 200 கிராம், அகத்தி இலை 1 கைப்பிடி அளவு எலுமிச்சை இலை 150கிராம் மூன்றையும் ஒன்று சேர்த்து இடித்து மூன்று லிட்டர் தண்ணீரில் கலந்து ½ லிட்டர் அளவு வரும் வரை சுண்டக்காய்ச்சி காலை மாலை இரண்டு சங்களவு சாப்பிட்டு வர நோய் தீரும்.

இரத்த பித்தம் தீர

ஆடா தொடை இலை 1 பலம், பச்சை திராட்சை 1 பலம் இரண்டையும் கியாழம் செய்து, கொதிக்க வைத்து இறக்கும் முன்பு 1 பலம் திப்பிலி சேர்த்து ஆர வைத்து தினமும் காலை மாலை இருவேளை வீதம் 6 நாட்கள் சாப்பிட்டு வர நோய் தீரும்.

அஜீரணத்திற்கு

வெள்ளை காக்கணாம் வேர், மிளகு இரண்டும் வெந்நீர் விட்டு அரைத்து தேனில் மத்தித்து உண்ண அஜீரணம் வெகு சீக்கிரம் நீங்கும்.

காபாட மாத்திரை இரண்டு தேனில் கொடுக்க பேதி வயிறு கழிச்சல் சீதபேதி காலாரா அஜீரண கழிச்சல் முதலியவை தீரும். (மருந்து கடையில் கிடைக்கும்)

கக்குவான் இருமலுக்கு

தூதுவளைச் சாறு பசுநெய் சமன் கலந்து காய்ச்சி கோஷ்டம் (ஒரு விராகன் எடை சேர்க்கவும்) காலை மாலை ஒரு ஸ்பூன் கொடுக்க கக்குவான் இருமல் தீரும்

மாதுளம்பழச்சாறு இஞ்சி தேன் சமம் கலந்து ஒரு துட்டெடை சாப்பிட உடன் தீரும்.

இரத்தகாசம் தீர

ஆடாதொடை இலை(½ கிலோ) நன்றாக இடித்துக் கொள்ளவும். நல்ல சீரகம் (25 கிராம்) அம்மியில் மசிய அரைத்துக் கொள்ளவும். இரண்டையும் கலந்து கொண்டு பிட்டவியல் அவித்து கீழே இறக்கி வைத்துக் கொண்டு அந்த இலையை சாறு பிழியவும். அதில் சமஅளவு தேன் கலந்து காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட ரத்தகாசம், சளியில் ரத்தம், ரத்த வாந்தி முதலியவை தீரும் (கை கண்ட மருந்து)

இதைப்படிக்கும் நீங்கள் அதிர்ஷ்டசாலி. ஏனென்றால் இந்த வைத்தியமெல்லாம் பல நேயர்களுக்கு கொடுத்து கை கண்ட மருந்து

****

முட்டு வலி

ஐயா, இப்போது உள்ள காலகட்டங்களில் மக்கள் மிகமிக அவதிப்படுவது, முழங்கால் வலி, சர்க்கரை வியாதி, குறுக்கு வலி முதுகு வலி இதில் அவதிப்படுகிறார்கள். இதற்கு ஏதேனும் மருந்து ஏதாவது கூறுங்களேன்.

ஆம். உண்மைதான். முழங்கால் வலிக்கு எவர் ஒருவர் மருந்து கண்டுபிடிக்கிறார்களோ அவர்கள் தான் முதல் கோடீஸ்வரன். அந்தளவு முழங்கால் வலியில் மக்கள் பாதிக்கப்பட்டுள்ளார்கள். ஆனால் நான் மக்களுக்கு கொடுத்து நல்லாயிருக்கிறது என்று சொன்ன மருந்தை நான் கீழே குறிப்பிடுகிறேன். நாங்கள் முதல் பதிப்பில் இதையெல்லாம் போடவில்லை. ஆகையால் மறுபதிப்பில் போடுகிறோம். ஏனென்றால் இரண்டாவது வெளியீடு வரும் வரை எங்கள் உயிர் இருக்குமோ இருக்காதோ என்று தெரியாது. ஆகவே எங்களிடம் இருக்கக்கூடிய எல்லா ரகசியங்களை வெளிப்படையாக சொல்லி விட்டோம். ஆனால் நீங்கள் இதை படிக்கிறீர்கள் என்றால் புண்ணியம் செய்தவர்கள் தான்.

விழிதியிலை எள்ளு புண்ணாக்கு ஆவாரையிலை சமன் கொண்டு கொஞ்சம் வெள்ள வெங்காயம் கலந்து இடித்து விளக்கெண்ணெயில் வதக்கி கட்டவும். இப்படி மூன்று நாட்கள் பகலில் ஒரு கட்டு இரவில் ஒரு கட்டு கட்டவும்.

கருஊமத்தை இலையை இடித்து முழங்காலில் கட்ட வலி தீரும்.

இதுவும் அது

தைவேளை இலையை கட்ட கேட்கும்.

இதுவும் அது

தழுதாலையுடன் பூண்டு வைத்து அரைத்து முழங்காலில் கட்ட வலி தீரும். இதை நெல்லிக்காய் அளவு காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடவும் (10ல் 4 பேருக்கு கேட்காது. ஏனென்றால் உடம்பை பொறுத்தது.)

முழங்காலின் உள்ளே மூக்குச்சலி போல் பிசுபிசுதன்மை இருக்கும். அது இருக்கும் வரை முழங்கால் வலி வராது. ஏனென்றால் வண்டியில் பேரிங்கில் எப்படி க்ரீஸ் இல்லையென்றால் சத்தம் வருகிறதோ, அதேபோல் நம் முழங்கால் அந்த சப்தம் வரும். வந்தால் உள்ளே அந்த பிசுபிசுப்பு தன்மை இல்லை. ஏனென்றால் சிறு வயதில் மது, மாது பழக்கம் இருப்பதாலும் நாம் சாப்பிடக்கூடிய உணவில் யூரியா, அம்மோனியா இருப்பதால் நம் உடம்பில் ஊறக்கூடிய அந்த பிசுப்பிசுப்பு தன்மை ஊறுவதில்லை. இதற்கு ஆங்கில மருந்து சாப்பிட்டாலும் இரண்டு நாள் கேட்கும். மூன்றாவது நாளே வலிக்கும். ஆனால் இதற்கு தீர்வு உண்டு. இந்த மருந்தை சர்க்கரை நோய்க்காரர்களும், இருதய நோய்க்காரர்களும் சாப்பிடக்கூடாது. அது என்னவென்றால் இரவு நேரத்தில் பருத்தி விதை ஒரு கை அள்ளி தண்ணீரில் ஊறப்பட்டு, காலையில் அதை எடுத்து நன்றாக ஆட்டி, ஒரு டம்ளர் பருத்தி பால் எடுத்து இரண்டு டம்ளர் பசும்பால், 1 டம்ளர் தேங்காய் பால் இரவு நேரத்தில் கோதுமையை இரண்டு கை அளவு எடுத்து தண்ணீரில் ஊறப்போட்டு, காலையில் நன்கு அதிக கழுவி, இரண்டு முறை அந்த தண்ணீரை ஊற்றி விட்டு, அந்த கோதுமையில் இந்த மூன்று பாலையும் ஊற்றி நன்றாக கொதிக்க வைத்து பக்குவம் வரவும் சீனியோ அல்லது கருப்பட்டியோ உங்களுக்கு தேவையான அளவு சாப்பிட வேண்டும். இதை எட்டு மாதம் சாப்பிட்டு வர முழங்கால் வலி தீரும். இச்சா பத்தியம் இருக்கவும்.

முழங்கால் வழிக்கு எட்டி பழம் 15 எடுத்துக் கொண்டு 200 கிராம் நல்லெண்ணெய், 200 கிராம் கடுகெண்ணெய், 200 கிராம் இலுப்பெண்ணெய், 200 புங்கஎண்ணெய், 200 கிராம் தேங்காய் எண்ணெய் ஐந்து எண்ணெய்களையும் அந்த பழத்தில் ஊற்றி அதனுடன் ஜெயங்கொட்டை ஒன்றை உடைத்து போடவும். கருஊமத்தை விதை 4 கிராம் போடவும். கருங்கொடுலி வேர் 10 கிராம் போடவும். இதை நன்றாக சிறுதீயில் எறித்து நன்றாக 1 மணி நேரம் கழித்து எண்ணெய் காய்ந்தவுடன், அதை கிண்டி பார்த்தால் சலசலவென்று சத்தம் கேட்கும். அப்போது பொன்நிறமாக இருக்கும். அதை இருக்கும் தருவாயில், பச்சைக்கற்பூரம் (பாக்களவு)உள்ளே போடவும். பின் நெருப்பில் காயாத எண்ணெயை 1 சங்களவு ஊற்றவும். பின் அதை மீண்டும் அடுப்பில் வைத்து லேசாக கொதிக்க வைத்து இறக்கவும். பின் அதை வடிகட்டி வைத்துக்கொண்டு அனைத்து உடம்பில் உள்ள அனைத்து வலிகளுக்கும் இதைப் பயன்படுத்தவும். உடனே தீரும். இதை கழுத்துக்கு மேலே, தலை பாகங்களில் எங்கேயும் தேய்க்கக்கூடாது. இது என் தாயான பார்வதியும், என் தந்தையான சிவபெருமானின் மீது ஆணையிட்டுக் கூறுகிறேன். பூமியில் உள்ள மக்கள் வாழுவதற்காக நாங்கள் இதை வெளிப்படையாக சொல்லி விட்டோம். (*அனைத்து சரக்குகளும் உங்களுக்கு கிடைக்கவில்லை என்றால் எட்டிப்பழமும், 5 எண்ணெயும் மட்டும் சேர்த்து செய்யவும். ஓரளவு வலி கேட்கும்.)

முழங்கால் வலி முற்றிற்று

****

சர்க்கரை வியாதி

சப்பாத்திக் கள்ளி 3 பழம் எடுத்து, அதில் உள்ளே உள்ள முள்ளையும், வெளியே இருக்கக்கூடிய முள்ளையும் எடுத்துவிட்டு காலையில் 3 பழம், மாலையில் 3 பழம் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட சர்க்கரை வியாதி குறையும்.

இதுவும் அது

முருங்கைச்சாறு ஒரு சங்களவு குடிக்க சர்க்கரை வியாதி கன்ட்ரோலுக்கு வரும்.

இதுவும் அது

கொடியாக படர்ந்திருக்கும் நெருஞ்சியை (அதிலும் சிவப்பு கொடியாக இருந்தால் விசேஷமானது) எடுத்து அதை இடித்து சாறு பிழிந்து ஒரு சங்களவு ஊற்றி சாப்பிட கன்ட்ரோலுக்கு வரும்.

நாவல்பழம் சீசனில் காலையில் 10 பழம், மாலையில் 10 பழம் சாப்பிடவும். நல்ல மாற்றங்கள் தெரியும்.

இதுவும் அது

நாவல்மர பட்டை 25 கிராம், ஆடுதின்னா பாலை 25 கிராம், பாகற்காய் இலை 25 கிராம், சிறியாநங்காய் பொடி 25 கிராம், ஆவாரம் பொடி 25 கிராம், வில்வ பொடி 25 கிராம், வெல்அருகு பொடி 25 கிராம், சாதா அருகு 25 கிராம் இது தமிழகத்தில் உள்ள அனைத்துமே நாட்டு மருந்து கடையிலே பொடியாக விற்கிறார்கள். இதை அனைத்தையும் ஒன்றாக கலந்து, எம்ப்டி கேப்ஸ்யூல் வாங்கி அதில் ½ கேப்ஸ்யூலில் அடைத்து காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட நல்ல மாற்றங்கள் தெரியும். இந்த பொடியை வாங்கும் போது எப்படி சாப்பிட வேண்டும் என்று கேட்டால் சொல்லி விடுவார்கள். அதே போல் சர்க்கரை வியாதியின் அளவு 240 இருந்தால் அவர்களுக்கு குழந்தை பிறப்பது மிக மிக கடினம். அவர்கள் இங்கிலீஷ் மருந்தை சாப்பிட சாப்பிட ஒன்று சேரும் போது ஆணுடைய சுக்கிலன் நீச்சத்தண்ணீர் போல் வெளியே வரும். அந்த அணுக்களுக்கு வீரியம் இருக்காது. ஆகையால் அவர்களுக்கு குழந்தை பிறப்பது மிக கடினம். அவர்களுக்கு நாள் ஆகஆக உடம்பு இறங்கும். ஆகையால் இதையெல்லாம் கண்டுணர்ந்த பின்பு உடம்பை நன்றாக வைத்துக் கொள்ளவும். இதில் ஏதேனும் சந்தேகம் இருந்தால் உங்கள் பிள்ளைபோல் நினைத்து நீங்கள் போன் செய்து கேட்டுக் கொள்ளலாம்.

சர்க்கரை வியாதி முற்றிற்று

****

முதலுதவி

- காக்காவலிப்பு வந்தவர்களுக்கு இரண்டு ஏலக்காய், அதே அளவு உப்பு சேர்த்து நன்கு பொடி செய்து கொண்டு பல் தேய்த்துவிட உடனே பல் திறந்துவிடும்,
- மூலத்திற்கு வேப்பமுத்து பருப்பு (1/2படி) எடுத்து அதை நன்றாக இடித்து அதில் உள்ள எண்ணெயை, துணியை வைத்து பிழிந்து எடுத்துவிட்டு அதன் சக்கையை 90 உருண்டையாக உருட்டி காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டு வர நோய் தீரும். மீன், காரம், கோழிக்கறி சேர்க்கக்கூடாது.
- காய்ச்சலுக்கு ½ எலுமிச்சைம்பழம், காபித்தூள் ½ டம்ளர் வெந்நீரில் கொடுக்க உடனே காய்ச்சல் நிற்கும்.
- பன்றிக்காய்ச்சல், பறவைக்காய்ச்சல் மற்றும் 62 வகையான காய்ச்சலும் நிற்பதற்கு, 2 மண்புழுவை எடுத்து, எலுமிச்சையை நன்றாக புளிந்து, அதை அவர்களுக்கு தெரியாமல் கொடுக்க உடனே காய்ச்சல் நின்று விடும்.
- வயிற்றுக்கடுப்புக்கு கசாகசா நன்றாக அரைத்து, அதனுடன் பாலை ஊற்றி, எலுமிச்சைம்பழத்தை பிழிந்து உடனே தீரும்.
- பூவரசம்பட்டையை எலுமிச்சைம்பழச்சாறினால் அரைத்து தடவினால் படர்தாமரை தேமல் தீரும்.
- இருமலுக்கு மயில் தோகையை கருக்கி தேனில் சாப்பிட உடனே தீரும்.
- பெண்களுக்கு 35 நாளுக்கு மேலே தள்ளிப் போனால் வெள்ளைப்பூட்டின் மேலே உள்ள தோலை உறித்து பெண்ணின் மர்ம உறுப்பின் உள்ளே வைத்தால் சூதக கட்டி உடைந்து விடும்.
- வெள்ளைக்காக்கனத்தான் வேறுடன், மிளகு சேர்த்து அரைத்து சாப்பிட நன்கு பசி எடுக்கும்.
- தனியா – ¼ படி, எலுமிச்சை இலை – 50 கிராம், அகத்திகீரை – 2கைப்பிடி இரண்டு இலையையும் நன்றாக இடித்து ஒரு மண் பாத்திரத்திலிட்டு, மூன்று லிட்டர் தண்ணீரில் ½ லிட்டர் அளவு சுண்டக்காய்ச்சி தினமும் காலை மாலை வீதம் 3 நாட்கள் சாப்பிட கபால பித்தம் தீரும். (கைகண்ட மருந்து)

ஐயா, ஞாபக சக்திக்கு எளிமையான மருந்தை கூறுங்களேன்?

- சுக்கு, திப்பிலி, ஓமம், வெண்சீரகம் மஞ்சள் மரமஞ்சள் வசம்பு கோஷ்டம் சயிந்தலவணம் அதிமதுரம் இவைகளை சமனாய் சேர்த்துப் பொடித்து சூரணஞ்செய்து அதில் வெருகடிவீதம் காலை மாலையில் வெண்ணையில் ஒரு மண்டலமுண்டு வரவும்.
- சஞ்சீவி சூரணம், சதகுப்பை – 40 கிராம், சீரகம் - 40 கிராம், மகிலம் விதை – 40 கிராம், அதிமதுரம் - 40 கிராம், சன்னலவங்கப்பட்டை – 40 கிராம், தேத்தான் விதை – 20 கிராம், தனியா(கொத்தமல்லி) – ¼ கிலோ, சீனிச்சக்கரை – ½ கிலோ இவை அனைத்தையும் நன்றாக காயவைத்து இடித்து பொடி செய்து, சர்க்கரை கலைந்து புதிய களையம் வைத்துக்கொண்டு, வெறுகடி பிராமனம் காலை மாலை இருவேளையில் சாப்பிட தேகம்திடப்படும்.

தீரும்நோய்கள்

- ஈரல் வலுவு கொடுக்கும், பித்தத்தைப் போக்கும்,
- நெஞ்சு திடப்படும், மூளை வளர்ச்சியடையும்
- தலைவலி, பிடரி நோய், கண்களில் நீர் வடிதல்
- இருதயம் கலிப்படைதல், நல்ல பார்வை
- பசி அதிகரிக்கும், நல்ல தூக்கம்
- வயிற்றில் உள்ள பிணிகளும் நங்கும்.
- வயிற்றுக்கிருமிகள் அனைத்தும் அழியும்
- கல்லடைப்பு, நீர்கட்டு, இடுப்பு வலி தீரும்
- வாய் குழறல் மாறும், பேய்குணம் மாறும்.
- காதுகள் நன்றாய் கேட்கும்,
- தொண்டை புண், சளி மாறும்
- வாய், மூக்கில் புண்கள் ஆறும்.
- சூடு குறையும், ஞானம் உண்டாகும்.
- நல்ல எண்ணங்கள் உதிக்கும்.
- பெரியோர்களை மதிக்கச் சொல்லும்
- பூமியில் வல்லவனாகி சரஸ்வதி நாவில் அமர்வாள்

****

சக்தி பீட ரகசியம்

ஒரு சமயம் சிவபெருமானுக்கும், பார்வதிக்கும் இடையே போட்டி ஏற்பட்டது. போட்டியின் இறுதி கட்டத்தில் சிவபெருமானுக்கு அதிக கோபம் உண்டாகி, தனது நெற்றிக் கண்ணை திறந்து பார்வதியை தாக்கினார். இதனால் பார்வதி துண்டு துண்டாகி சிதறும் நிலை ஏற்பட்டது. சிதறிய துண்டுகள் ஐம்பத்தொரு துண்டுகளாகி, ஐம்பத்தொரு இடங்களில் விழுந்ததாகவும், துண்டுகள் விழுந்த இடம் ஐம்பத்தொரு சக்தி பீடங்களாக (கோயில்) மாறி உள்ளன என்று முன்னோர்கள் கூறுவர். அந்த சக்தி பீட ரகசியங்களைப் பற்றி விரிவாக பார்ப்போம்.

சக்தி பீட ரகசியம்
ஆதி சக்தி பீடங்கள் 51

மந்திர பீஜ அக்ஷரங்கள்	அவை தோன்றிய க்ஷேத்திரங்களின் பெயர்கள்	அங்கு விழுந்த சக்தி சரீர பாகங்கள்	நமது சரீரத்தில் நியாசம் செய்யும் (தொடும்) இடம்
அம்	காமரூபம்	யோநி	சிரசு
ஆம்	வாரணாசி	ஸ்தனம்	முகம்
இம்	நேபாளம்	குஹ்யம்	வலது கண்
ஈம்	பௌண்ட்ரவர்த்தனம் அல்லது ரௌத்ரபர்வதம்	இடது கண்	இடது கண்
உம்	வரஸ்திரம் அல்லது காஷ்மீரபீடம்	இடது காது	வலது காது
ஊம்	கான்யகுப்ஜம்	வலது காது	இடது காது
7ரும்	பூர்ணகிரி	மூக்கு	வலது மூக்கு
8ரூம்	அர்ப்புதாசலம்	இடது கபோலம்	இடது மூக்கு
9லும்	ஆம்ராதகேச்வரம்	வலது கபோலம்	வலது கபோலம்
10லூம்	ஏகாம்ரம்	நகங்கள்	இடது கபோலம்
ஏம்	திரிஸ்ரோதஸ்	நெற்றியின் மூன்று மடிப்பு	மேல் உதடு
ஐம்	காமகோடி	நாபி	கீழ் உதடு
ஓம்	கைலாசம்	விரல்கள்	மேற்பல் வரிசை
ஔம்	பிருகு நகரம்	பற்கள்	கீழ்ப்பல் வரிசை
அம்	கேதாரம்	வலது கை	நா நுனி
அ:	சந்திரபுரம்	இடது கன்னம்	கழுத்து
கம்	ஸ்ரீபீடம்	தலை	வலது தோள்
2கம்	ஏகவீரம்	ரவிக்கை	வலது முழங்கை
3கம்	ஜாலந்தரம்	மார்பு	வலது மணிக்கட்டு
4கம்	மாளவம்	இடது தோள்	வலது கை விரலடி
ஙம்	குலான்னம்	வலது கக்ஷம்	வலதுகை விரல்நுனி
சம்	தேவிகோட்டம்	இடது கக்ஷம்	இடது தோள்
2சம்	கோகர்ணம்	வயிறு	இடது முழங்கை
ஜம்	மாருதேச்வரம்	வயிற்றின் முதல்மடிப்பு	இடது மணிக்கட்டு
4ஜம்	அட்டஹாசம்	வயிற்றின் 2ம் மடிப்பு	இடதுகை விரலடி
ஞம்	விரஜம்	வயிற்றின் 3ம்மடிப்பு	இடதுகை விரல்நுனி
டம்	ராஜகேஹம்	நாபிக்குக் கீழ்பாகம்	வலது துடை மூலம்
2டம்	மஹாபதம்	நிதம்பம்	வலது முழங்கால்
3டம்	கோலாபுரம் அல்லது கௌலகிரி	ஜகனம்	வலது கணுக்கால்
4டம்	ஏலாபுரம்	வலது துடை	வலது கால்விரலடி
ணம்	காலேச்வரம்	இடது துடை	வலதுகால்விரல்நுனி
	அவை தோன்றிய க்ஷேத்திரங்களின் பெயர்கள்	அங்கு விழுந்த சக்தி சரீர பாகங்கள்	நமது சரீரத்தில் நியாசம் செய்யும் (தொடும்) இடம்
தம்	ஜயந்திபுரம்	வலது முழங்கால்	இடது துடை மூலம்
2தம்	உஜ்ஜயினி	இடது முழங்கால்	இடது முழங்கால்
3தம்	சித்ரா யோகினி	வலது கணைக்கால்	இடது கணுக்கால்
4தம்	க்ஷீரகம்	இடது கணைக்கால்	இடது கால்விரலடி
நம்	ஹஸ்தினாபுரம்	வலது கணுக்கால்	இடதுகால்விரல்நுனி
பம்	உட்டீசம்	இடது கணுக்கால்	வலது விலா
3பம்	ஷஷ்டீமாயாபுரம்	வலது பிருஷ்ணி	முதுகு
4பம்	கௌரிசம்	இடது பிருஷ்ணி	நாபி
மம்	மலயகிரி	இரத்தம்	வயிறு
யம்	ஸ்ரீசைலம்	பித்தம்	இருதயம்
ரம்	மேரு	கொழுப்பு	வலதுகக்ஷம்
லம்	கிரிவரம்	நாக்கு	பிடரி
வம்	மஹேந்திரம்	மூளை	இடது கக்ஷம்
5சம்	வாமன கிரி	வலது கைப் பெருவிரல்	இருதயம் முதல் வலதுகை விரல்நுனி வரை
ஷம்	ஹிரண்யபுரம்	இடது கைப் பெருவிரல்	இருதயம் முதல் இடதுகை விரல்நுனிவரை
ஸம்	ஓட்டியாணபுரம் அல்லது அத்ரி	இரத்தக் குழாய்கள்	இருதயம் முதல் இடது கால் விரல் நுனி வரை
ளம்	சாயாபுரம்	சரீர ஜோதிச் சாயை	இடுப்பு முதல்கால் விரல் நுனி வரை
க்ஷம்	க்ஷத்ரதபுரம்	கேச பாசம்	இடுப்பு முதல் பிரம்ம ரந்திரம் வரை.

சக்தி பீட ரகசியம் முற்றிற்று

காய கல்பம்

ஐயா, சித்த மருத்துவத்தில் எந்த பக்கத்திலும் சித்தர்கள் காய கல்பம் என்று சொல்லியிருக்கிறார்களே. பல அபூர்வமான மூலிகைகளைப் பற்றியும் சித்தர்கள் கூறியிருக்கிறார்கள். பல சித்த வைத்தியர்களும் கூறுகிறார்கள். அவர்கள் சொல்வதைப் பார்க்கும் பொழுது இவ்வளவு அபூர்வமான மூலிகைகள் இம் மண்ணில் இருக்கின்றதே என்று நினைக்கும் பொழுது ஆச்சரியமாகவும், அதிசயமாகவும் இருக்கின்றது. இவ்வளவு அரிய மூலிகைகள் நம் மண்ணில் இருந்தும், ஏன் குறுகிய காலத்திலேயே மனிதர்கள் பிறந்து இறந்து விடுகிறார்கள். அதற்குரிய காரணத்தையும், காய கல்பம் என்றால் என்ன என்பதைப் பற்றியும் விரிவாகக் கூறுங்களேன்.

அற்புதமான கேள்வி கேட்டுள்ளீர்கள். உதாரணமாக ஒரு ஆணுக்கு 40 வகையான வியாதிகள் இருக்கும். பெண்ணுக்கு 20 வகையான வியாதிகள் இருக்கும். இருவரும் இணைந்து பிறக்கும் குழந்தைக்கு 60 வகையான வியாதிகள் இருக்கும். மேலும் அக் குழந்தை வளர்ந்து வரும் பொழுது அறுசுவை உணவை சுவைக்க சுவைக்க அக் குழந்தைக்கு நோய்கள் இன்னும் தொற்றிக் கொள்ளும்.

அந்தக் குழந்தை வளர வளர சித்தர்களின் அகமா நூல்களைப் படித்து உடலை காய கல்பமாக்க வேண்டும் என்று கூறுவர். அப்படிப்பட்ட காய கல்பம் என்பதைப் பற்றி விரிவாகக் கூறுகிறேன்.

முதலில் உடல் ஆரோக்கியம் பெற பேதிக்கு மருந்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். அதன்பின் ஆவாரம் செடியின் விறகை வெட்டி நன்கு காய வைத்து அந்த விறகைத்தான் சமையல் செய்ய அனைத்திற்கும் எரிபொருளாக பயன்படுத்த வேண்டும். புது மண் பானையில் கருங்குருவை அரிசியை போட்டு, தண்ணிருக்கு பதில் பாலை ஊற்றி சமைக்க வேண்டும். இச் சமயங்களில் அறு சுவைகளையும் நீக்க வேண்டும். இச்சா பத்தியம் இருப்பது மிக முக்கியம். அதன்பின் மிளகை 2353 எண்ணிக்கை எடுத்து அதனை இட்லி கொப்பரையில் போட்டு தண்ணீருக்குப் பதில், பாலை ஊற்றி தட்டை வைத்து அதன்மேல் வெள்ளைத் துணியை விரித்து ஒரு நாழிகை நன்கு மிளகை அவித்து, பின் இரண்டு நாட்கள் வெயிலில் காயவைத்து அதற்குபின் எட்டி மரத்தில் இருக்கும் கசப்பு தேனை எடுத்து புது மண் பானையில் 1 ½ லிட்டர் தேனை ஊற்றி மிளகை போட்டு மண் பானையின் மீது ஐந்து சீலைமண் செய்து 48 நாட்கள் பூமியில் புதைத்து வைக்க வேண்டும். பின்னர் அதனை எடுத்து ஐந்து மிளகும், ஒரு தேக்கரண்டி தேனும் சேர்த்து ஒரு தம்ளர் பாலில் காலையும், மாலையும் சாப்பிட வேண்டும். இப்படி சாப்பிடும் பொழுது ஒரு ஆண்டுக்கு சுவாசம் சந்திர கலையில் ஓட வேண்டும். அப்படி ஓடும் பொழுது வாத நோய்கள் வரும். அக் காலங்களில் அதற்குண்டான மருந்துகளை சாப்பிட வேண்டும். மிளகை முதலில் சாப்பிட ஆரம்பிக்கும் பொழுதே கால்கிலோ இஞ்சி வாங்கி அதன் தோலை மூங்கில் சக்கையால் உரித்து சிறு துண்டுகளாக வெட்டி கசப்புத் தேனில் ஊறவைத்து மிளகை மண்சீலை செய்து பூமிக்குள் புதைத்தது போல இஞ்சியையும் அவ்வாறே செய்ய வேண்டும். மிளகை 48 நாட்கள் சாப்பிட்டு முடித்த உடன், இஞ்சியை 48 நாட்கள் சாப்பிட வேண்டும். இஞ்சியை பாக்களவு சாப்பிட்டு வர வேண்டும்.

பின்னர் மீதமுள்ள மிளகை காலியாகும் வரை சாப்பிட்டு வர வேண்டும். ஓர் ஆண்டு சந்திர கலையில் ஓடும் சுவாசத்தை, ஓர் ஆண்டுக்குப் பின் சூரிய கலையில் ஓடவிட வேண்டும். அப் பொழுது உஷ்ண நோய்கள் வரும். அப்பொழுது அதற்குண்டான மருந்துகளை சாப்பிட்டு வர வேண்டும். அதன்பின் சுழி முனையில் ஒரு ஆண்டு சுவாசத்தை ஓடவிட வேண்டும். சூரிய கலை, சந்திர கலை,சுழிமுனை என்று ஒரு சுவாசம் ஓர் ஆண்டு வீதம் மொத்தம் மூன்று ஆண்டுகள். இவ்வாறு மூன்று ஆண்டுகள் பத்தியம் இருந்து பாலும் சோறும் சாப்பிட்டு வர வேண்டும். அதற்குப்பின் உடலிலுள்ள 3 ½ கோடி ரோம துவாரங்களும் விழித்துக் கொள்ளும். மனிதனுக்கு உள்ள 72,126 நாடி நரம்புகளும், ரத்த ஓட்டங்களும் சீராக ஓடும். உடலில் உள்ள அனைத்து நோய்களும் குணம் ஆகும். பின் 48 நாட்கள் கழித்து பத்தியம் இருந்து காய கல்ப மூலிகைகளை சாப்பிட்டு வர உடல் காய கல்பமாகும்.

இம்முறையினை தொடர்ந்து முறையாகக் கடைப்பிடித்து வந்தால் உடல் காயகல்பமாகும்.

இப் பொழுது சில பண்டிதர்கள், இந்த மூலிகையை சாப்பிட்டால் உடல் காய கல்பமாகும், அந்த மூலிகையைச் சாப்பிட்டால் உடல் காய கல்பமாகும் என்று கூறுகின்றனர். அப்படி ஒரு மூலிகையை சாப்பிட்டு, உடலை காய கல்பமாகும் என்றால் அவரே மூலிகையை சாப்பிட்டு, உடலை அழியாமல் பார்த்துக் கொள்ளலாமே. ஏன் அவ்வாறு செய்யவில்லை. மரணமும் அவர்களுக்கு வராதே. பின் ஏன் அவர்கள் இறந்தார்கள். இதனை எல்லாம் நீங்களே சற்று சிந்தித்துப் பார்க்க வேண்டும். உடலை காயகல்பமாக்க வேண்டும் என்றால் மேலே கூறிய முறையை கடைப்பிடிக்க வேண்டும். இல்லையெனில் பதினேழு ஆண்டுகள் மௌன விரதம் இருந்து, சுவாசத்தை சூரிய கலை, சந்திர கலை, சுழுமுனையில் மாற்றி மாற்றி ஓட விட வேண்டும். பின் உடல் காய கல்பமாகும். இவ்வாறு வாசியினால் உடல் காயகல்பமாகும்.

****

சித்தர்கள்

வ. எண்.	சித்தர்களின் பெயர்	சாதி	பிறந்த மாதம்	நட்சத்திரம்	கால்	வயது	தலை-முறை
1	அகத்தியர்	வேளார்	மார்கழி	ஆயில்யம்	3	4யுகம்	48
2	இடைக்காடர்	கோனர்	புரட்டாசி	திருவாதிரை	2	100	18
3	இராமதேவர்	விஷ்ணு குலம்	மாசி	பூரம்	2	200	6
4	கமலமுனி	குறவர்	வைகாசி	பூசம்	2	4000	48
5	கருவூரார்	கள்ளர்	சித்திரை	அஸ்தம்	2	300	42
6	குதம்பை	கோனார்	ஆடி	விசாகம்	3		16
7	கொங்கணர்	யாதவர்	சித்திரை	உத்திராடம்	1	800	16
8	கோரக்கர்	மராட்டியர்	கார்த்திகை	அவிட்டம்	2	800	11
9	சட்டமுனி	சிங்களவர்	ஆவணி	மிருகசீரிடம்	3	800	14
10	பாம்பாட்டி	சோதி	கார்த்திகை	மிருகசீரிடம்	3	163	4
11	புலிப்பாணி	வேடர்	புரட்டாசி	சோதி	4	600	9
12	புண்ணாக்கீசர்	கன்னடியர்	வைகாசி	சித்திரை	2	112	18
13	போகர்	விசுவகர்மா	வைகாசி	பரணி	2	300	18
14	மச்சமுனி	கல்லுடையோர்	ஆடி	ரோகினி	1	300	62
15	தன்வந்திரி	மகாவிஷ்ணு	ஐப்பசி	புனர்பூசம்	4	800	32
16	தேரையர்	பிரும்மகுலம்	பங்குனி	மூலம்	2	300	90
17	நந்தீசர்	மருகு மகரிஷி	வைகாசி	விசாகம்	4	700	3
18	காளாங்கிநாதர்	மயன்	சித்திரை	அசுவினி	4	3000	10

ஜீவ சமாது

ஜீவன் இருக்கும் பொழுதே சமாதியில் அடங்குவதே ஜீவ சமாது ஆகும். முக்காலங்களில் சித்தர்களும், முனிவர்களும், ரிஷிகளும் இம்முறையையே கையாண்டுள்ளனர். அதாவது மகான்களுக்கு ஞானம் கிடைத்த பின் அவர்கள் உலகில் வாழ விருப்பமில்லை, நமக்கு ஆயுள் போதும் என்று நினைக்கும் பொழுது, அவர்கள் விரும்பிய இடத்தை தேர்வு செய்து, அந்த இடத்தில் தனக்கு சமாது எழுப்புவர். இதுவே ஜீவ சமாது எனப்படும். அப்படிப்பட்ட இடங்களில் இறைவன் அருள் பூரணமாய் இருக்கும். இதனை ஆன்மீகப் பாதையில் உள்ள அனைவரும் எளிதில் உணர முடியும்.

இப்படிப்பட்ட ஜீவ சமாதுவை அமைக்க சில வழிமுறைகளை மகான்கள் வகுத்துள்ளனர். அதனை விரிவாகக் கூறுகிறேன். ஒரு மகான் சமாதி நிலை அடைந்தால் அவரை எரிக்கக் (தீயில்) கூடாது. புதைக்கத்தான் செய்ய வேண்டும். அவ்வாறு புதைக்காமல் எரித்துவிட்டால் அவ்வூரில் உள்ள கோயிலுக்குத் தீ வைப்பதாக ஆகிவிடும். அந்த ஊரில் ஏழு ஆண்டுகள் மழை பெய்யாது என்று சாஸ்திரம் கூறுகிறது. இது மிகப் பெரிய பாவமாகும். எனவே புதைக்கவே செய்ய வேண்டும். இதனை நான் கூறவில்லை புராணங்கள், இதிகாசங்களில் கூறப்பட்டுள்ளது. இம்முறையில் சமாது அடைந்தவர்களின் தலையைத் தெற்குப் பக்கமாகவும், கால்களை வடக்குப் பக்கமாகவும் வைத்துத்தான் புதைக்க வேண்டும்.

மூச்சுப் பயிற்சி எவர் செய்கின்றாரோ உண்மையில் அவர் ஒரு மகான். மேலும் மகான்கள் இறந்துவிட்டால் அவர்கள்சமாதுக்கு மேல் ஒரு சிவ லிங்கத்தை வைக்க வேண்டும். ஆனால் பிரமச்சாரி இறந்து விட்டால் அவரது சமாதியில் சிவலிங்கத்தை வைக்கக்கூடாது. ஏனெனில் சிவலிங்கத்தில் லிங்கம் என்பது ஆணின் இன உறுப்பு, கீழுள்ள ஆவுடை பெண் இன உறுப்பு. எனவே ஆணும் பெண்ணும் ஒன்று சேர்ந்து தாம்பத்தியத்தில் இருந்தவர்களுக்கு மட்டுமே சிவலிங்கம் உகந்தது. பிரமச்சாரி எனில் அவர் பெண்ணுடன் சேர்ந்து இருக்க மாட்டார்கள். எனவே சிவலிங்கம் வைக்கக் கூடாது.

மேலும் சமாது மீது வைக்கப்படும் லிங்கம் ஆனது ஒரே கல்லில் செதுக்கப்பட்டதாக இருக்க வேண்டும். அதாவது லிங்கமும், ஆவுடையும். தனித்தனியே இல்லாமல் ஒரே கல்லினால் செய்யப்பட வேண்டும். ஆலயங்களில் வைக்கப்படும் சிவலிங்கம் தான் லிங்கமும், ஆவுடையும் தனித்தனியே செய்து ஒன்று சேர்க்க வேண்டும். சமாதியில் லிங்கம் வைக்க வசதியில்லை எனில் ஒரு அரசமரத்தை நட்டு வைக்க வேண்டும். சிவலிங்கத்திற்குரிய பலனை அரசமரம் தரும். திருமணமான சாதுவுக்கு மட்டுமே சமாதியில் சிவலிங்கம் வைக்க வேண்டும். திருமணமாகாத வர்களுக்கு சிவலிங்கம் வைக்கக் கூடாது என்று சாஸ்திரம் கூறுகிறது.

ஒத்தை மருந்துகள்

பாம்பு கடிக்கு

வாழைத்தண்டுச் சாற்றை குடிக்கவும்.

நட்டுவக்காலி கடிக்கு

கொப்பரைத் தேங்காயை மென்று தின்ன வேண்டும்.

பூரான் கடிக்கு

பனை வெல்லத்தை தின்ன வேண்டும்.

தேள் கடிக்கு

நாயுருவி வேரை மென்று சாறை விழுங்க வேண்டும்.

நாய்க் கடிக்கு

நாயுருவி பட்டையை நசுக்கி கடித்த இடத்தில் வைத்துக் கட்ட வேண்டும்.

சிலந்தி கடிக்கு

ஆடாதொடை மூலிகையை அரைத்துக் கட்ட வேண்டும்.

மேகப்படைக்கு

பேய் ஆவாரைச் செடியை வேரோடு கொண்டு வந்து அரைத்துக் கட்ட வேண்டும்.

கட்டிக்கு

சப்பாத்திக் கள்ளி பூவை அரைத்துக் கட்ட கட்டிகள் உடையும்.

வயிற்றுக் கிருமிக்கு

வேப்பம் பூவை ரசத்தில் போட்டுக் கொதிக்க வைத்துக் கொடுக்க வயிற்றுக் கிருமிகள் போகும்.

மலச்சிக்கலுக்கு

மலச்சிக்கலுக்கு நிலவாகைச் சூரணம் சாப்பிட குணமாகும்.

வயிற்றுக் கடுப்புக்கு

புளிச்சிக் கீரையை அவித்து சாப்பிட குணமாகும்.

பெருச்சாளி கடிக்கு

முற்றின தேங்காயை மென்று தின்ன வேண்டும்.

சிறுநீர் நிற்காமல் போய்க் கொண்டு இருந்தால் அதற்கு நிவர்த்தி

பெருங்காயத்தை நுணுக்கி இரண்டு சுண்டைக்காய் அளவும், பாகற்காய் இலைச் சாறு ½ தம்ளர் அளவும், இரண்டையும் ஒன்றாக கலந்து காலை மாலை சாப்பிட உடனே குணமாகும்.

குழந்தைகள் நோய்க்கு நிவர்த்தி

குழந்தை பிறந்தவுடன் தொப்புள் கொடியை அறுத்து கீழேஎறிந்து விடுவர். ஆனால் இதில் பலமகத்துவங்கள் உள்ளன. அது எவ்வாறென்றால் அதை வெயிலில் காயவைத்து அதை பாடம்பண்ணி பத்திரமாக வைத்துக் கொண்டு அந்தக் குழந்தைக்கு எந்த நோய் வந்தாலும் தாய்ப் பாலில் அதை அரைத்துக் கொடுக்க குழந்தைக்கு சகல நோயும் தீரும்.

மூச்சுப் பிடிப்பிற்கு

ஒரு பல் வெங்காயம், சிறிது துத்தி இலை இரண்டையும் மென்று மூச்சுப் பிடிப்பு உள்ளவர்களின் மூக்கிலும், காதிலும் ஊத மூச்சுப் பிடிப்பு உடனே குணமாகும்.

சிறுநீர் இரத்தம் கலந்து போனால் அதற்கு நிவர்த்தி

மணலை அள்ளி ஒரு மூலையில் போட்டு வைத்து அதில் ஒரு புது மண்பானையை வைத்து ஒரு கை அளவு சுண்ணாம்பை அந்த பானையில் போட்டு அதில் சுடு தண்ணீரை ஊற்றி மூடிவிட வேண்டும். பின் மறுநாள் காலையில் ஆடாமல் அசையாமல் அந்த தெளிந்த நீரை ஈர்த்து எடுத்து ஒரு தம்ளர் நீருக்கு அரை தம்ளர் பனங்கற்கண்டு கலந்தால் அது பதனீர் ஆகிவிடும். அதை ஏழு நாட்கள் காலை மாலை சாப்பிட சிறுநீர் இரத்தம் கலந்து போவது நிவர்த்தியாகும்.

நெஞ்சு எரிச்சலுக்கு

பாக்கு அளவு இஞ்சி, கல் உப்பு நன்கு சேர்த்து காலை, மாலை சாப்பிடவும்.

தீராத 60 வகை காய்ச்சலுக்கு

ஒரு தம்ளர் தண்ணீரில் ½ டீஸ்பூன் காப்பித்தூள் போட்டு அதில் ஒரு எலுமிச்சம்பழத்தை பிழிந்து விட்டு நன்கு கொதிக்க வைத்து காலையும் மாலையும் சாப்பிட 60 வகை காய்ச்சலும் குணமாகும்.

குதி வாதத்திற்கு

நமக்கு எந்த இடத்தில் வலி இருக்கிறதோ அந்த இடத்தை பெண் நாய் சிறுநீர் கழித்த இடத்தில் ஐந்து நிமிடம் வைக்க வலி என்பதே இருக்காது.

காதுவலி, இரைச்சலுக்கு

முசு முசுக்கை இலை ஐந்து, சின்ன வெங்காயம் ஒரு பல் இரண்டையும் சேர்த்து அரைத்து அதன் சாறை காதில்விட காதுவலி, இரைச்சல் குணமாகும்.

****

64 மூலிகைகளின் மகிமை

இறைவன் 20 லட்சம் மூலிகைகளை படைத்துள்ளான். இதில் அதிக சக்திவாய்ந்த மூலிகைகள் 64. இந்த 64 மூலிகையும், 64 பாஷாணங்களுக்கு உயிர் கொடுக்கக் கூடிய மூலிகைகள் ஆகும். மேலும் 64 மூலிகைகளும் 64 மாந்திரீகத்திற்கு உரியது. இத்தனை மகத்தான மூலிகைகள் கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

1 வசிய மூலிகைகள் எட்டு

1.	சீதேவி செங்கழுநீர்	ஸ்ரீ	ராஜவசியம்
2.	நீலவூமத்தை	ஸ்ரீ	ஸ்ரீவசியம்
3.	வெள்ளெருக்கு	ஸ்ரீ	லோக வசியம்
4.	வெள்ளை விஷ்ணுகிரந்தி	ஸ்ரீ	வசியம்
5.	கருஞ்செம்பை	ஸ்ரீ	சர்வ வசியம்
6.	வெள்ளைக்குன்றி	ஸ்ரீ	மிருக வசியம்
7.	பொற்றிலைக்கையான் தகரை	ஸ்ரீ	தெய்வ வசியம்
8.	செந்நாயுருவி	ஸ்ரீ	மதன வசியம்

வசிய மூலிகைகளுக்கு மந்திரம்

ஓம் பிறிங் அங் அங் டங் ஸ்ரீயும் கிலியும் சுவாக.

2 மோகன மூலிகைகள் எட்டு

1. பொன்னூமத்தை — ஸ்ரீ மோகனம்
2. கஞ்சாவேர் — ஸ்ரீ ஜன மோகனம்
3. வெண்ணூமத்தை — ஸ்ரீ லோக மோகனம்
4. கோரைக் கிழங்கு — ஸ்ரீ மிருக மோகனம்
5. மருளூமத்தை — ஸ்ரீ தெய்வ மோகனம்
6. ஆலம் விழுது — ஸ்ரீ ராஜமோகனம்
7. நன்னாரி — ஸ்ரீ சர்வ மோகனம்
8. கிராம்பு — ஸ்ரீ புருஷ மோகனம்

மோகன மூலிகைகளுக்கு மந்திரம்

"ஓம் கிலிசங் அங் றீங் ஸ்ரீ சிவ சுவாக"

3 தம்பன மூலிகைகள் எட்டு

1. கட்டுக் கொடி — ஸ்ரீ சுக்கில தம்பனம்
2. பால்புரண்டி — ஸ்ரீ ஆயுத தம்பனம்
3. பரட்டை — ஸ்ரீ மலஸ் தம்பனம்
4. நீர் முள்ளி — ஸ்ரீ ஜலஸ் தம்பனம்
5. நத்தைச்சூரி — ஸ்ரீ சர்வஸ் தம்பனம்
6. சத்திசாரணை — ஸ்ரீ அக்கினி தம்பனம்
7. பூமிச் சர்க்கரை — ஸ்ரீ அக்கினி தம்பனம்
8. குதிரை வாலி — ஸ்ரீ கெர்பஸ் தம்பனம்

தம்பன மூலிகைகளுக்கு மந்திரம்

"ஓம் ஐயும் கிலியும் ஸ்ரீயும் றீயும் சுக சுக சுவாக"

4 உச்சாடன மூலிகைகள் எட்டு

1. பேய் மிரட்டி — ஸ்ரீ மிருக உச்சாடனம்
2. மான் செவிக்கள்ளி — ஸ்ரீ சத்துரு உச்சாடனம்
3. தேள் கொடுக்கு — ஸ்ரீ பிணி உச்சாடனம்
4. காட்டக் கரந்தை — ஸ்ரீ மோக உச்சாடனம்
5. கண்டங்கத்தரி — ஸ்ரீ கோவுஉச்சாடனம்
6. மருதோன்றி — ஸ்ரீ பேய் உச்சாடனம்
7. பிரம்மதண்டு — ஸ்ரீ கிரக உச்சாடனம்
8. புல்லுருவி — ஸ்ரீ பேய் உச்சாடனம்

உச்சாடன மூலிகைகளுக்கு மந்திரம்

"ஓம் சவ் வுங் கிலியும் தாக்கு தாக்கு தாக்கு தூக்கு தூக்கு"

5 வித்வேஷண மூலிகைகள் எட்டு

1. கருங்காக்கணான் — ஸ்ரீ ராஜவித்வேஷணம்
2. வெள்ளைக் காக்கணான் — ஸ்ரீ வேதவித்வேஷணம்
3. திருகுகள்ளி — ஸ்ரீ பூத வித்வேஷணம்
4. ஆடுதின்னாப் பாளை — ஸ்ரீ சர்வ வித்வேஷணம்
5. பூனைக்காலி — ஸ்ரீ பிணி வித்வேஷணம்
6. ஏரண்டம் — ஸ்ரீ பிசாசு வித்வேஷணம்
7. கீழாநெல்லி — ஸ்ரீ அஞ்சன வித்வேஷணம்
8. சித்தாமணக்கு — ஸ்ரீ போஜன வித்வேஷணம்

வித்வேஷண மூலிகைகளுக்கு மந்திரம்

"ஓம் ஸ்ரீயும் றீயும் கிலியும் சர்வயிந்திராணி பகவதே"

6 ஆக்ரஷண மூலிகைகள் எட்டு

1. சூவளை — ஸ்ரீ மிருக ஆக்ரஷணம்
2. உள்ளொட்டி — ஸ்ரீ ஆக்ரஷணம்
3. பிரவெட்டி — ஸ்ரீ பூத ஆக்ரஷணம்
4. சிருமுள்ளை — ஸ்ரீ ராஜ ஆக்ரஷணம்
5. குப்பைமேனி — ஸ்ரீ மிருக ஆக்ரஷணம்
6. சிரியாநங்கை — ஸ்ரீ சர்வ ஆக்ரஷணம்
7. அழுகண்ணி — ஸ்ரீ ஆக்ரஷணம்
8. எருக்கு — ஸ்ரீ தேவ ஆக்ரஷணம்

ஆக்ரஷண மூலிகைகளுக்கு மந்திரம்

``ஓம் கிலியும் சவ்வும் றீயும் ஐயும் தமோ பகவதே விரிவிரி``

7 பேதன மூலிகைகள் எட்டு

1.	வட்ட துத்தி	ஸ்ரீ அக்கினி பேதனம்
2.	செம்பசலை	ஸ்ரீ காய பேதனம்
3.	மாவிலங்கு	ஸ்ரீ தேவ பேதனம்
4.	பாதிரி	ஸ்ரீ பூத பேதனம்
5.	கோழியாவாரை	ஸ்ரீ தெய்வ பேதனம்
6.	சீந்திக்கொடி	ஸ்ரீ சத்துரு பேதனம்
7.	புடலங்கொடி	ஸ்ரீ சீல பேதனம்
8.	நீர்மேல் நெருப்பு	ஸ்ரீ பிணி பேதனம்

பேதன மூலிகைகளுக்கு மந்திரம்

``ஓம் றீயுங் சவ்வும் ஸ்ரீ யுங்கிலியு அங் அங் கசி நசி சுவா``

8 மாரண மூலிகைகள் எட்டு

1.	நச்சுப்பல்	ஸ்ரீ விஷ மாரணம்
2.	நீர்விஷம்	ஸ்ரீ விஷ மாரணம்
3.	சித்திர மூலம்	ஸ்ரீ பிணி மாரணம்
4.	அம்மான் பச்சரிசி	ஸ்ரீ கிளாஸ் மாரணம்
5.	கார்த்திகைக் கிழங்கு	ஸ்ரீ பேய் மாரணம்
6.	மருதோன்றி	ஸ்ரீ பூத மாரணம்
7.	கருங்கூரை	ஸ்ரீ பிணி மாரணம்
8.	நாவி	ஸ்ரீ மிருக மாரணம்

மாரண மூலிகைகளுக்கு மந்திரம் -

``ஓம் அம் றீங் றீங் சிம் றீங் கிலி றிங் பிறீங் பிறீங் பிறீங் சுவாக``

****

உப்பு எடுக்கும் முறை

ஐயா, மூலிகைகளை பறித்து வைத்திருந்தால் இரண்டு அல்லது மூன்று மாதத்திலேயே அதன் வீரியத்தை இழந்து விடும். மேலும் மூலிகையும் கெட்டு விடும் என்றும் கூறியுள்ளீர்கள். மூலிகையும் அனைத்து இடங்களிலும், எல்லா நேரங்களிலும் கிடைக்காது. எனவே எப்போதும், எங்கும் மூலிகையை கெட்டுப் போகாமல் வைத்துக் கொள்ள முறையேதும் உண்டா? இருந்தால் அது பற்றி விரிவாகக் கூறுங்களேன்?

அருமையான, முக்கியமான கேள்வி கேட்டுள்ளீர்கள். எல்லா இடங்களிலும், எந்த நேரங்களிலும், மூலிகைகளை நம்முடன் வைத்துக் கொள்ளும் முறை உண்டு. அதாவது அம்மூலிகையிலிருந்து உப்பு எடுத்துக் கொள்ளும் முறைதான். அது பற்றி விரிவாகக் கூறுகிறேன்.

முதலில் நமக்கு எந்த மூலிகைத் தேவைப்படுகிறதோ, அதனை சமூலம் பறித்து மழையில் நனையாமல் நன்கு காயவைத்து அதனை மொத்தமாக தீ வைத்து எரித்து, அதன் சாம்பலை தனியே எடுத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பின்னர் அந்த சாம்பலை எடுத்து ஒரு பெரிய பாத்திரத்தில் போட்டு சாம்பல் இரண்டு படி இருந்தால் நான்குபடி தண்ணீர் ஊற்றி அதை நன்கு அரிசி கழுவுவதைப் போல் பிசைந்து, கழுவி, அலசி அதனை அசையாமல் அப்படியே ஒரு இடத்தில் ஐந்து மணி நேரம் வைக்க வேண்டும். பின்னர் பாத்திரத்தின் மேலே உள்ள தெளிந்த நீரைக் கலங்காமல் ஒரு தனி பாத்திரத்தில் ஊற்றி வைக்க வேண்டும். பின் கழுவிய சாம்பலை மறுபடியும் எடுத்து அதில் மூன்று லிட்டர் தண்ணீர் ஊற்றி மீண்டும் அலசி அதன் தெளிந்த நீரை தனியே எடுத்து வைக்க வேண்டும். இவ்வாறு மொத்தம் மூன்றுமுறை செய்து தெளிந்த நீரை மட்டும் எடுத்து தனியே வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

பின்னர் அந்த நீரை ஒரு சில்வர் பாத்திரத்தில் ஊற்றி வெயிலில் 15 நாட்கள் வைக்க வேண்டும். 15 நாட்கள் ஆன பிறகு பாத்திரத்தில் உப்பு படிந்திருக்கும். இதனை நோயாளியின் பலகீனத்தைப் பொறுத்து இரண்டு அல்லது நான்கு அரிசி அளவு கொடுக்க நோய் தீரும்.

இந்த தண்ணீரை வெயிலில் காய வைக்காமல் அடுப்பில் வைத்து காய்ச்சினாலும் உப்பு கிடைக்கும். ஆனால் உப்பின் வீரியம் குறைவு. இதனை சாதாரண நீரை விட அதிகாலையில் புல்லின் மேல் பருத்தி துணியை விரித்து அந்த பனி நீரில் உப்பு எடுத்தால் மிகவும் வீரியமுண்டு.

****

தேனின் வகைகளும் அதன் குணங்களும்

மலைத்தேன்

சிலேஷ்மகாசம், வாசம், விக்கல், கண்வீரணம், சுரம், தேகக் கடுப்பு இவை நீங்கும். தீபனமும், நல்ல தெளிவும் உண்டாகும்.

கொம்புத்தேன்

திரிதோஷங்களையும், உள்மாந்தையும், அரோசகத்தையும் நீக்கும்.

மரப் பொந்து தேன்

ஜடராக்கினியும், உஷ்ணமும் உண்டாகும். வமனம், மந்தாக்கினி, பலவித விக்கல், ரோகம், அரோசகம், இருமல், சுவாசம், க்ஷயம், அதிதூல ரோகம் ஆகியவைகள் குணமாகும்.

புற்றுத் தேன்

கபதோஷம், இருமல், ஈளை வாந்தி, நித்திரை ரோகம் இவைகள் நீங்கும்.

புதிய தேன்

நிறைந்த ஆயுளும், சரீர வெப்பமும். தேஜசும் உண்டாகும். அதிகம் சாப்பிட்டால் அருசியும், நெங்சிறகபமும் விளையும்.

பழைய தேன்

வாத ரோகங்கள், வயிற்றெரிச்சல், வாதமூல ரோகத்தை விளக்கும் மருந்தினது நற்குணங்களைக் கொடுக்கும்.

****

கடுக்காய்களின் மகிமை

(1) அரோசினிக் கடுக்காய்

அரோசினிக் கடுக்காயால் ஜன்னியும், பேதியும் நீங்கும். இது கன்னியாகுமரி தேசத்தில் உற்பத்தியாகிறது.

(2) பிருதிவி கடுக்காய்

பித்த நோயை நீக்கும். ஆயுளை விருத்தி செய்யும். இது சௌராஷ்டிரா தேசத்தில் உற்பத்தியாகும்.

(3) அமிர்தக் கடுக்காய்

கண்டத்தில் ஒரு ஒலியைத் தருகின்ற சளியை போக்கும்.. இது காசி தேசத்தில் உற்பத்தியாகிறது.

(4) சிவந்திக் கடுக்காய்

வாத நோய்களை விலக்கும். இது வனங்களில் உற்பத்தியாகிறது.

(5) திருவிருத்திக் கடுக்காய்

(வெண்மை, கருமை, செம்மை, பசுமை, மஞ்சள் என்னும் பஞ்ச வண்ணமுடையது.)

சகல நோய்களையும் நிவர்த்தி செய்யும்.

இது மலைகளில் உற்பத்தியாகிறது.

(6) அபயன் கடுக்காய் (கருமை நிறத்தை உடையது)

எலும்பு சம்மந்தப்பட்ட அனைத்து நோய்களையும் குணப்படுத்தும். இது பொதிகை மலையில் உற்பத்தியாகிறது.

(7) சங்காகடுக்காய்

சிரமம் இல்லாமல் மலம் வெளிவரும். பகலில் உடலுக்கு அழகு தரும். புத்தியளிக்கும்.

(8) கருங்கடுக்காய்

இரண்டு அல்லது மூன்று நாட்கள் மலம் கழிக்காதவர்களுக்கு சிரமம் இல்லாமல் மலம் வெளிவரும். திரிதோஷங்களும் நீங்கும். அழகையும் கொடுக்கும்.

(9) செங்கடுக்காய்

அறிவு, இன்பம், கீர்த்தி சரீரத்தில் பொற்சாயல், பலவித இருமல் நீங்கும்.

(10) வரிக் கடுக்காய்

தேக புஷ்டி, தாதுவிருத்தி நன்கு சீரணமாகுதல், வாத பித்த தோஷங்களை அகற்றும்.

(11) பால் கடுக்காய்

வயிறு வலித்து மலம் இருப்பது (வயிற்றுக் கடுப்பு) நீங்கும். தேகம் வெண்மையாகும்.

****

சளி நோய்

ஐயா, 40 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு 40 வயதுக்கு மேற்பட்ட முதியோருக்குத்தான் சளி பிடிக்கும். ஆனால் இப் பொழுது பிறந்த சிசுவுக்குக் கூட சளித் தொல்லை இருக்கிறது. இந்த நிலை மாற நிவர்த்தி உண்டா?

மனிதன் அழிவுக்குக் காரணம் ஆங்கிலமருந்தே. மனிதன் பிறந்ததில் இருந்து 32 வயது வரை பித்த நாடி ஓடும். 32 வயதை தாண்டி விட்டால் பின் 36 வருடத்திற்கு சிலோத்தும நாடி ஓடும். அதற்கு கப நாடி என்றும் பெயர். 36 வருடத்திற்கு சிலோத்தும நாடி ஓடும்போது அக்காலத்தில் அளந்து ஊற்றினால் 16 படி சளி ஊறும். சளியை காரி துப்பாமல் உடலிலே வைத்துக் கொண்டால் எமனின் பாசக்கயிறுக்கு விரைவில் இரையாகிவிடுவோம்.

சளி தீர்வதற்கு நிவர்த்தி

கடுக்காய் 100கிராம், திப்பிலி 100 கிராம், சித்தரத்தை 100 கிராம், சாதிக்காய் 75 கிராம், வால்மிளகு 200கிராம் போன்ற ஐந்தையும் இளம் வறுப்பாக வறுத்து இடித்து கடுக்காயில் கொட்டையை நீக்கி இடித்து திரியடி பிரமாணம் தேனில் காலையும், மாலையும் தேனில் கலந்து சாப்பிட்டு வர சளி, ஆஸ்துமா, கபநோய் போன்ற அனைத்து நோய்களும் தீரும். அதே போல் கருங்கொடுளி இலை, சிறு கீரை, சமூலமும், சம அளவு எடுத்துக் கொண்டு நன்றாக காயவைத்து இடித்து திரியடி பிரமாணம் தேனில் காலையும், மாலையும் சாப்பிட ஆஸ்துமா நோய் தீரும்.

எப்பொழுதும் அன்றாட வாழ்க்கையில் உணவாக சாப்பிடும் முறை

அரைகிலோ அளவு பச்சரிசியை ஊறவைத்து, ஒரு கைப்பிடி அளவு தூதுவளை இலை, ஒரு கைப்பிடி அளவு கண்டங்கத்திரி இலை, ஒரு கைப்பிடி அளவு ஆடாதொடை இலை, ஒரு கைப்பிடி அளவு துளசி, கல்யாண முருங்கை என்னும் முள் முருங்கை ஒரு கைப்பிடி அளவு, மிளகு 15 எண்ணம் அளவு, சீரகம் 5 கிராம் அளவு எடுத்து அனைத்தையும் அரிசியுடன் சேர்த்து நன்றாக ஆட்டி அதனுடன் சின்ன வெங்காயம் சேர்த்து, தேவையான அளவு உப்பு சேர்த்து தோசை செய்து சாப்பிட்டால் சளி நோய்அண்டாது. இதனை அடிக்கடி சாப்பிட்டு வந்தால் உடலும் ஆரோக்கியமாக இருக்கும்.

****

நரைபிடுங்கும் முறை

நம் முன்னோர்கள் எந்த நாகரீகமும் இல்லாத காலத்தில் நமது நகத்தை பார்த்து நமக்கு நோய் இவ்வளவு இருக்கு என்று கூறிவிடுகிறார்கள். நமது நாடியை பார்த்தும் கூறிவிடுகிறார்கள். நம் கண் இமைகளில் கீழே உள்ள பட்டை வெள்ளையாக இருந்தால் இரத்தம் குறைவாக இருக்கிறது என்றும், பட்டை சிகப்பாக இருந்தால் இரத்தம் தேவையான அளவு இருக்கிறது என்று கூறிவிடுகிறார்கள். அதே போல் 5 வயது, 7 வயது ஆகியும் தேகம் ஒல்லியாக இருந்தால் முதுகுப் பின்புறம் கிருமிகள் அதிகமாக உள்ளது என்றும் கூறுகிறார்கள். அந்த கிருமிகளை எவ்வாறு அகற்றுவது, அந்த கிருமிகளை அகற்றும் முறையை கொஞ்சம் தெளிவாக கூறுங்கள்.

இமை வெள்ளையாக இருந்து தேகம் ஒல்லியாக இருந்தால் அவன் உடம்பில் கிருமிகள் அதிகமாக இருக்கிறது என்று அர்த்தம். அவர்களை குப்புற படுக்க வைத்து இரண்டு செம்பு தண்ணீர் ஊற்றி முதுகை நன்கு கழுவி பின் சுரக்காய் இலையை அரைத்து அவன் முதுகு முழுவதும் பூசி ஐந்து நிமிடம் கழித்து

அதை ஒரு செம்பு தண்ணீர் ஊற்றி கழுவி பின் ஈனாத எருமை சாணியை எடுத்து நன்கு பூசி மூன்று நிமிடம் கழித்து பின் இரண்டு செம்பு தண்ணீர் ஊற்றி நன்கு கழுவி பின்பு மஞ்சள் பொடியை முதுகு முழுவதும் பூசி விட்டு பார்த்தால் முதுகில் கருப்பாக கிருமிகள் மஞ்சளுக்கு மேல் வெளியே வரும். உடனே அதனை பிடுங்கி வெளியே எறிய வேண்டும். இவ்வாறு கிருமியை பிடுங்கும் முறையே நரைபிடுங்கும் முறை ஆகும். இவ்வாறு இரண்டு வாரத்திற்கு ஒரு முறை நரை பிடுங்க வேண்டும். இவ்வாறு மூன்று முறை நரை பிடுங்கி விட்டால் உடம்பு பூரிக்கும். இது 10 வயதுக்கு உள்பட்ட சிறுவர்களுக்கு மட்டுமே இக் கிருமிகள் இருக்கும். 20 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு கண்பட்டை வெள்ளையாக இருந்தால் அவர்களுக்கு இரும்புச் சத்து குறைவாக இருக்கிறது என்று அறிக.

தமிழகத்தில் தென்நாட்டில் மதுரை, விருதுநகர் மாவட்டத்தில் பேரையூர், எரிச்சநத்தம் போன்ற பல்வேறு இடங்களில் இம் முறையில் நரை பிடுங்கும் வைத்தியர்கள் உள்ளனர். இம் முறையை நீங்களே கூட கையாளலாம்.

புற்று நோய்

கரையான் புற்றினுள் வெள்ளையாக கண்கண்ணாக கரையான் கூடு இருக்கும். இதனை சித்தர்கள் பூமிக் கொழுந்து என்று கூறுவர். அந்த கூடை எடுத்து உடைத்து நன்கு காயவைத்து பாலில் அரைத்து, பின் புற்றில் இருக்கும் தேனுடன் கலந்து நெல்லிக்காய்அளவு மூன்று நாட்களுக்கு காலையும், மாலையும் சாப்பிட்டு வர தீராத புற்று நோய் குணமாகும் என்று பல நூல்கள் கூறுகின்றன.

(அல்லது)

அத்திக்காயின் பிஞ்சை எடுத்து நெல்லிக்காய் அளவு அரைத்து மூன்று நாட்கள் சாப்பிட்டு வர மாற்றம் தெரியும்.

(அல்லது)

கல் கரைப்பான் என்ற செருப்படை இலையையும், நீலி என்ற வண்ணான் அவுரி இலை இரண்டையும் தனித் தனியாக அரைத்து, கல்கரைப்பானை நெல்லிக்காய் அளவில் பாதியளவு பாலில் கொடுக்கவும். பின் இரண்டு நிமிடம் கழித்து நீலியை அரைத்து சுண்டக்காய் அளவு பாலில் கலந்து சாப்பிட்டு வர வேண்டும். இவ்வாறு தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வர புற்று நோயில் மாற்றம் தெரியும்.

(அல்லது)

முள் சங்கு என்ற ஒடுதளை இலையைப் பறிக்க வேண்டும். இலையைப் பறிக்கும் பொழுது யாரிடமும் பேசக்கூடாது. பின் பறித்த இலை ஒன்றை பறித்த இடத்திலும், இன்னொரு இலையை அரைக்கும் இடத்திலும், மற்றொன்றை இலையைப் பறித்து விட்டு வரும் பொழுது பாதி வழியில் ஒரு இடத்தில் கீழே போட வேண்டும். இவ்வாறு செய்து பறித்த இலையை நன்கு அரைத்து நெல்லிக்காய் அளவு சாப்பிட வேண்டும். மருந்து சாப்பிட்ட பின் யாரிடமும் பேசிக் கொள்ளலாம்.

மேலும் பெண்களுக்கு மார்பக புற்று நோய்க்கு இதன் இலையை அரைத்து மார்பில் வைத்து கட்டி விட்டால் குணமாகும். இதற்கும் இலையைப் பறிக்கும் பொழுது யாரிடமும் பேசாமலும், மேலே சொன்னது போலவும் செய்து பின் இலையை அரைத்துப் பூசிய பின் யாரிடமும் பேசிக் கொள்ளலாம். மார்பு புண்ணுக்கு வெள்ளை ஆதாலை இலையை அரைத்துக் கட்ட குணமாகும்.

புற்று நோய் வலி குணமாக

நூறு கிராம் கோழி எச்சம், ஐம்பது கிராம் புறா எச்சம் இவற்றை எடுத்து ஒன்றாக சேர்த்து வெயிலில் நன்கு காய வைத்து பொடி செய்து அதனை கடும் புளிச்ச தண்ணீரில் சேர்த்து வதக்கி பின் அதனை சுத்தமான வெள்ளைத் துணியில் வைத்து புற்று நோய் வலி உள்ள இடத்தில் ஒத்தடம் கொடுக்க வலி தீரும். இவ்வாறு இரண்டு மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை செய்யவும். சித்தர்கள் சூட்சுமமாக கூறியதை நான் இங்கு வெளிப்படையாக கூறி விட்டேன். மேலே சொன்னவைகளை ஒரு மனதோடு செய்ய நோய் முற்றிலும் குணமாகும். மேற் சொன்ன முறைகளில் மருந்து சாப்பிடும் பொழுது நோயாளியின் வயதுக்கு தகுந்தவாறு மருந்தின் அளவை கூட்டிக் குறைத்துக் கொள்ளவும்.

****

எய்ட்ஸ் நோய்

இன்று உலகையே ஆட்டிப் படைத்துக் கொண்டிருக்கும் எய்ட்ஸ் நோய்க்கு மருந்து உண்டா?

ஆம். உயிர்க்கொல்லி நோயான எய்ட்ஸ்க்கு மருந்து உண்டு. ஆதி காலத்திலிருந்தே எய்ட்ஸ் நோய் இருந்து வருகிறது. முற்காலத்தில் இந் நோயின் பெயர் கொடுத்துவா நோய். பின்பு வைத்தியர்கள் பெரும்பாடு என்று கூறினார்கள். 1981ல் ஆங்கிலேயர்கள் எய்ட்ஸ் என்ற ஒரு புதுப் பெயர் வைத்தனர். இது ஒருகொடிய நோய் அல்ல.

ஒருவனுக்கு எய்ட்ஸ் நோய் வந்துவிட்டால் தன் உடலுக்குள் உள்ள வெள்ளை அணுக்களை அந்த H.I.V. கிருமி சாப்பிட ஆரம்பிக்கும். அப் பொழுது அவனது உடம்பு சோர்வடைந்து உடல் மெலிய ஆரம்பிக்கும், மூட்டுக்கு மூட்டு வலி ஏற்படும். அடிக்கடி கண் இமைகள் மூடும். எப்பொழுதும் சோர்வாக தூங்கச் செய்யும். அடிக்கடி வயிற்றுக் கடுப்பு ஏற்படும். வயிறு எந்த நேரமும் இரைச்சல் போட்டுக் கொண்டே இருக்கும். நமது கையில் ஒரு புண் இருந்தால், அந்த புண்ணை தொட்டால் சுடும். அந்த புண்ணின் அருகில் தொட்டால் குளிராக இருக்கும். அதே போல் வயிற்றுக்குள் புண் இருந்தால் வயிற்றில் சூடு உண்டாகி காய்ச்சலை உண்டாக்கும். வாந்தியை உண்டாக்கும். உடலை சோர்வடையச் செய்யும். சாப்பாடு சரிவர சாப்பிட முடியாது. சாப்பாட்டை பார்த்தாலே வாந்தி வருகின்ற மாதிரி இருக்கும். அந்த நேரத்தில் மஞ்சள் காமாலையும், சிறு நீரகப் பாதிப்பும் ஏற்படலாம். மேலும் சளி அதிகமாக இருக்கும். ஒருவனுக்கு சளி எப்பொழுது கட்டி கட்டியாக மஞ்சளாக வருகிறதோ, அப்பொழுதே அவன் மரணத்தின் பிடியில் மாட்டிவிட்டான் என்று அறிக. அவர்கள் நாக்கை பார்த்தால் வெள்ளையாக இருக்கும். கால் பாதமும் வெள்ளையாக இருக்கும். கண் இமையை கீழாக இழுத்துப் பார்த்தால் வெள்ளையாக இருக்கும். நகக் கண்களைப் பார்த்தால் வெள்ளையாக இருக்கும். மேலும் அவர்கள் இனிப்பு சாப்பிடாமலேயே அளவுக்கு அதிகமாக வயிற்றில் புழு முன்டும். இவ்வாறு இருந்தால் மூன்று மாதத்தில் இறப்பான்.

எய்ட்ஸ் நோய் வந்த ஆரம்பத்தில் ஒரு ஆணின் இன உறுப்பு முனையில் சிகப்பாக இருக்கும். நோய் முற்றி விட்டால் மேல் தோல் எந்த அளவுக்கு இருக்கிறதோ அந்த அளவுக்கு இன உறுப்பு முனையிலும் நிறம் மாறிவிடும். அதே போல் எய்ட்ஸ் உள்ள பெண்களுக்கு இன உறுப்பு அடியில் சிகப்பாக இருக்கும். பின் நோய் முற்றி விட்டால் இன உறுப்பு கருப்பாக மாறிவிடும்.

சிலருக்கு ஆசன வாயில் புண் ஏற்படும். அவர்களுக்கு அடிவயிறு எப்பொழுதும் சூடாகவே இருக்கும். அவர்களுக்கு காய்ச்சல் விட்டு விட்டு வந்தால் உடல் மெலிந்து கொண்டே இருக்கும். முகமும் கலை இழந்து போகும். எப் பொழுதும் குருக்கு, கை, கால் மூடிகள் அதிகமாக வலித்துக் கொண்டே இருக்கும். மேலும் ஆறு மாதம் அல்லது ஒரு வருடத்திற்கு ஒரு முறை திடீர் என்று தலை சுற்றி கிறுகிறுப்பு வந்து கீழே விழுந்து விடும் நிலை ஏற்படும். ஒரு நாளைக்கு மூன்று நான்கு முறை மலம் கழித்தால் அவன் மூன்று நான்கு மாதங்களில் நிச்சயமாக மரணமடைவான் என அறிக. எய்ட்ஸ் நோயாளி இரக்கும் தருவாயில் இரு கண்களும் அளவுக்கு அதிகமாக வலிக்கும்.

எய்ட்ஸ் நோய் உள்ள ஒருவன் எய்ட்ஸ் இல்லாத தன் மனைவியிடம் உடலுறவு கொண்டால் அப் பெண்ணுக்கு நோய் வராது. முதலில் இருக்கும், பின்பு மூன்று மாத்திற்கு பிறகு இருக்காது. ஏன் என்றால் பெண்களுக்கு வரும் கெட்ட இரத்தத்தில் அந்த கெட்ட கிருமிகள் வெளியேறி விடும். எய்ட்ஸ் நோய் உள்ள ஒரு ஆண், நோய் இல்லாத தன் மனைவிக்கு முத்தம் கொடுக்கும் பொழுது இருவர்களுடைய வாயில் புண் இருந்தால் அப் பெண்ணுக்கு எய்ட்ஸ் நோய் பரவும்.

எய்ட்ஸ் நோய் உள்ளவர்கள் உணவாக சாப்பிடக் கூடாத பொருள்

பப்பாளிப் பழம், திராட்சைப் பழம், கருவாடு, மீன், கோழிக்கறி, இனிப்பு வகைகள். இவை அனைத்தையும் சாப்பிட்டால் வாயிலும், வயிற்றிலும் புண் ஏற்படும். வாயிலிருந்து துர்நாற்றம் வீசும்.

எய்ட்ஸ் நோய் உள்ளவர்கள் உணவாக சாப்பிடக்கூடிய பொருள்

இளநீர், சாத்துக்குடி பழம், மாதுளம்பழம், காரம் இல்லாத குழம்பு, கீரை (அளவோடு சாப்பிட வேண்டும்).

எய்ட்ஸ் நோய்க்கு மருந்து

எட்டி மரத்தில் உள்ள எட்டிப் பழத்தை எடுத்து அதன் மேல் தோலை நீக்கிப் பார்த்தால் வட்டமாக விதை இருக்கும். அந்த விதையை மிளகு அளவு மாலையில் சாப்பிட வேண்டும். இந்த விதை கசப்பாக இருக்கும். இவ்வாறு தொடர்ந்து மூன்று மாதம் சாப்பிட குணமாகும். இம் முறையை நோய் வந்த ஆரம்பத்தில் சாப்பிட்டால் நோய் குணமாகும் இல்லை எனில் நோய் குணமாகாது.

இறைவனால் படைக்கப்பட்ட அந்த வெள்ளை அணுவுக்கு எந்த உணவையும் ஏற்றுக்கொள்ளும் தன்மை உண்டு. ஆனால் இடையில் விருந்தாளியாக வந்த வைரஸ் கிருமி அந்த வெள்ளை அணுக்களை பிடித்து சாப்பிடும் பொழுது நாம் எட்டிக் கொட்டையை மூன்று மாதம் சாப்பிட்டு இருப்பதால் வெள்ளை அணுக்களில் எட்டிக் கொட்டையின் கசப்பு சத்து ஏறி அது கசப்பாக இருக்கும். அந்த வைரஸ் கிருமி வெள்ளை அணு கசப்பாக இருக்கிறதே அப்ப இது அனைத்து வெள்ளை அணுக்களும் கசப்பாகத்தான் இருக்கும் என்று எண்ணி அதை சாப்பிடாது. வெள்ளை அணுக்களின் ஆதிக்கம் பெருகும். வைரஸ் கிருமி நமது உடலில் இருந்தாலும் வெள்ளை அணுக்களின் ஆதிக்கம் அதிகமாக இருப்பதால் அவனுடைய ஆயுள் அதிகரிக்கும். இது மட்டும் இல்லாமல் மற்றொரு மருத்துவ முறையும் உண்டு. அது எவ்வாறு என்றால்.

உள்ளுக்கு சாப்பிட வேண்டிய மருந்து

முசுமுசுக்கை, கரிசலாங்கண்ணி இரண்டையும் இடித்து பொடி செய்து திரியடி பிரமாணம் அளவு வெந்நீரில் சாப்பிட்டு வர வேண்டும்.

மேலுக்கு தடவும் மருந்து

ஆண் காத்தாட்டி இலையை ஒரு கைப்பிடி அளவு எடுத்து, இடித்து தேங்காய் எண்ணெய் ஒரு லிட்டரில், போட்டு நன்கு காய்ச்ச வேண்டும். இதனை பெண்ணிற்கு உடல் முழுவதும் தேய்க்க வேண்டும்.

இவ்வாறே பெண் காத்தாட்டி இலையை காய்ச்சி ஆணுக்கு உடல் முழுவதும் தேய்த்து வர வேண்டும்.

எண்ணெய் காய்ச்சும் முறை

காட்டெருமை என்ற எரிக்கன் இலை செடியை வெட்டி, நன்றாக அந்த விறகை வெயிலில் காய வைக்க வேண்டும். அந்த விறகினால் மட்டுமே மண் பானையில் எண்ணெயை காய்ச்ச வேண்டும். இந்த எண்ணெயைத் தான் உடல் முழுவதும் தேய்க்க வேண்டும். அதே போல் சமையல் அனைத்தையும் இந்த விறகினால் தான் சமைக்க வேண்டும். மேலும், இந்த விறகினால்சூடு செய்யப்பட்ட வெந்நீரில் தான், குடிப்பது, குளிப்பது, துவைப்பது என்ற அனைத்து வேலையையும் செய்ய வேண்டும். சமையல் அனைத்தையும் மண்பானையில் தான் சமைக்க வேண்டும். அகப்பையில்தான் சோறு எடுக்க வேண்டும். உலைமுட்டியில்தான் சாப்பிட வேண்டும்.

பத்தியம் முறிக்கும் முறை

நீலிவேர், சிறு கீரை வேர் முன்பு போல் சமமாக எடுத்து இடித்து, எரிக்கன் விறகால் தீ மூட்டி, மண் பானையில் ஒரு தம்ளர் தண்ணீர் விட்டு நன்கு காய்ச்சி இரண்டு சங்கு அளவு குடிக்க வேண்டும். அதன்பின் ஓமத்தை அரைத்து உடல்முழுவதும் தேய்த்து ஐந்து நிமிடம் கழித்து வெந்நீரில் குளிக்க வேண்டும். அன்று முழுவதும் எரிக்கன் விறகால் சமைத்த உணவையே சாப்பிட வேண்டும். அதில் உப்பு, புளி அனைத்தையும் சேர்த்து சாப்பிடலாம். 48 நாட்கள் பத்தியத்தின் போது வெளியில் எந்தப் பொருளையும் வாங்கி சாப்பிடக் கூடாது. இதுவே பத்தியம் முறிக்கும் முறையாகும்.

மேலும் இப் பொழுது எது வைரஸ் கிருமி, எது வெள்ளை அணுக்கள் என்று விஞ்ஞானிகளால் கூட கண்டு பிடிக்க முடியவில்லை. ஆகையால் தான் இந்த நோயை அழிப்பதற்கு விஞ்ஞானிகள் கடலுக்கு அடியில் இருக்கும் மூலிகைகளிலும், பவளப் பாறைகளிலும் ஆராய்ச்சியில் இறங்கி உள்ளனர். இப் பொழுது எய்ட்ஸ் நோய் காற்று போல் எங்கும் பரவி நாடே கதி கலங்கிக் கொண்டு வருகிறது. இதையெல்லாம் உணர்ந்த நாங்கள் எய்ட்ஸ் நோயாளிகளை மரணத்தில் இருந்து மீட்க சில முறைகளை நாங்கள் கூறியிருக்கின்றோம்.

ஐயா, புத்திமான்களே உலக மக்களின் நன்மைக்காக எனது குருநாதர் ஐயாதுரை அவர்கள் கூறியபடி அனைத்து உண்மை ரகசியங்களையும் பின்வரும் சந்ததியர்களுக்கு வெளிப்படையாக கூறிவிட்டேன். மேலும் விரிவான விவரங்கள் அறிய எங்களை நேரில் அணுகவும்.

****

எலி கடி விஷத்திற்கு நிவர்த்தி

எலி கடியால் பல்லில் வலியும், உளையும் இரத்தமும் கண்டால் அவுரி வேரை ஒரு கொட்டைப் பாக்குப் பிரமாணம் அரைத்து பசுவின் பாலில் ஏழு நாள் கொடுத்து வர வலி தீரும்.

தேகத்தில் கொப்புளங்கள் இருந்தால்

பெருமரப்பட்டை, இலை, வேர் இம் மூன்றையும் சமனாக இடித்துச் சூரணித்து ஆவின் வெண்ணெயில் நன்கு கடைந்து இரண்டு மிளகளவு கால் மண்டலம் சாப்பிடத் தீரும்.

சுவாச காசம் கண்டால்

சங்கு, வெள்ளைக் காக்கட்டான் இவ்விரு வகை வேர்களையும் அரைத்து ஆவின் பாலில் கொடுத்து வரத் தீரும்.

உடல்பூரித்து இருமல் இளைப்பு கண்டால்

கோரைக் கிழங்கைச் சூரணம் செய்து திரிகடிப்பிரமாணம் தேனில் சாப்பிடத் தீரும். இறங்கழிஞ்சி வேர்ப் பட்டையை ஒரு புன்னைக் காய்ப் பிரமாணம் அரைத்து வெந்நீரில் ஏழு நாள் காலையில் கொடுக்கத் தீரும்.

இருமல் கண்டால்

நாயுருவி சமூலம் அரைத்து ஒரு கொட்டைப் பாக்குப் பிரமாணம் சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

இறைப்பு கண்டால்

மூக்கரைச் சாரணை வேரை ஆவின் பாலில் வேக வைத்து உலர்த்திச் சூரணித்துத் திரிகடிப் பிரமாணம் சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

உடல் வெதும்பித் திகைத்தால்

தூதுளைக் காயும் சீனியும் அரைத்துச் சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

உடல் வீங்கினால்

நீலக்காக்காட்டான் வேரை ஒரு கொட்டைப் பாக்குப் பிரமாணம் அரைத்து ஆவின் மோரில் கொடுக்கத் தீரும். அவுரிச் சாரை தேகத்தில் பூசவும்.

கைகால் வராவிட்டால்

அவுரி வேர், சங்கம் வேர் இவ்விரண்டையும் சூரணித்துத் திரிகடிப் பிரமாணம் சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

உடலில் சுழலை போலும், பலாவித்து போலும் தடித்தால்

வெல்லத்தில் ஏழு துளி வெள்ளெருக்கம்பால் விட்டு ஏழு நாள் கொடுக்கத் தீரும். எருமைச் சாணப்பாலை மாகாணிப்படி வீதம் 3 நாள் கொடுத்து அந்தச் சாணத்தை வறுத்து ஒத்தடம் கொடுக்கவும். மேலும், வெள்ளை ஆதலைக்கிழங்கை அரைத்துக் கொட்டைப் பாக்குப் பிரமாணம் வெந்நீரில் ஏழு நாட்கள் கொடுக்கத் தீரும்.

முகத்தில் கருவங்கு போலும் தேகத்தில் குஷ்டம் போலும், தழுதனையைப் போலும் இருந்ததால்

ஆடு தீண்டாப்பாளை வேர், சங்கம் வேர் இவ்விரண்டையும் சூரணம் செய்து ¼ மண்டலம் சாப்பிட்டு வரத் தீரும்.

உடல் குளிர்ந்து நடுங்கி கடிவாய் வட்டமாய் இருந்தால்

செஞ்சந்தனம், திப்பிலி இவ்விரண்டையும் பொடித்துத் திரிகடிப்ட பிரமாணம் தேனில் சாப்பிடத்/தீரும்.

கைகால் முடங்களுக்கு

அமுக்காரக் கிழங்கைச் சூரணித்துத் திரிகடிப் பிரமாணமாகத் தேனில் ஒரு மண்டலம் சாப்பிடத் தீரும். இதே கிழங்கை அரைத்துப் பூசி வரத் தீரும். அவுரி சமூலம் இடித்து சாறு எடுத்து ஒரு சங்களவு வீதம் உள்ளுக்குள் கொடுத்து அந்த சாறை உடலெங்கும் பூசி முழுக சகல எலிகளின் விஷம் நீங்கும்.

பேய்ப் பீர்க்கில் இலைச் சாறை மாகாணிப்படி வீதம் மூன்று நாட்கள் கொடுக்க சகல எலிகளின் விஷம் தீரும். இவைகளுக்கு, பத்தியம் அவசியமாகும்.

****

நாடி பார்க்கும் கால வகை

ஐயா, நான் சித்தவைத்தியர் ஒருவரை பார்க்கச் சென்ற பொழுது, அங்குள்ள நோயாளிகளுக்கு அவர் நாடி பிடித்துப் பார்த்துக் கொண்டு இருந்தார். நாடி பிடித்துப் பார்க்கும் முறையை பற்றி கொஞ்சம் தெளிவாக கூறுங்களேன்.

ஒரு மனிதனுக்கு எழுபத்து இரண்டாயிரத்து நூற்றி இருபத்தாறு நாடி நரம்புகள் உள்ளன. இதில் வாத நாடி, பித்த நாடி, சிலேத்தும நாடி, என்று சித்தர்கள் மூன்று நாடியாக பிரித்துள்ளார்கள்.

காலை 6 மணி முதல் 10 மணி வரை சிலேத்தும நாடியும்

10 மணி முதல் 2 மணி வரை பித்த நாடியும்

2 மணி முதல் 6 மணி வரை வாதநாடியும் ஓடும்.

இதில் முறை தப்பி ஓடினால் நம் உடலில் தேவையான சத்து இல்லை என்று அர்த்தம். மூன்று நாடிக்கும் தேவையான உணவை நான் சொல்லுகின்றேன். நீங்கள் நல்ல பண்டிதர்களிடம் சென்று, நாடி பார்த்து எந்த நாடி வலுவிழந்து இருக்கிறதோ அந்த நாடிக்கு உரிய மருந்தை நீங்கள் சாப்பிட நோய்கள் குணமாகும்.

வாதநாடி நித்திய பதார்த்தம்

கல்யாண பூசணிக்காய், கத்தரிக்காய், முருங்கைப் பிஞ்சு, வழுதுளங்காய், வெள்ளைஅவரைக்காய், காராக் கருணை, காட்டுக்கருணை, முள்வாளை, புறா, சுறா, வெள்ளாட்டுத் தலைக்கறி, இவைகளை பொறியல் அல்லது குழம்பாகவும் மேலும் குப்பைமேனி, முன்னை, ஆரக்கீரை, நல்வேளை, மணத்தக்காளி, யானை நெருஞ்சில், முசுமுசுக்கை, அப்பக்கோவை, காட்டுக் கரட்டை, நல்வசளை, இக் கீரைகளை துவையல் அல்லது கடைந்தும், மேலும், சக்கரவர்த்திக் கீரை, வெள்ளை சாரணை, முருங்கை, முளைக்கீரை, தூதுவளை, பொன்னாங்கண்ணி, இவைகளில் ஏதேனும் வேகவைத்து, மிளகு, பூண்டு சேர்த்து ரசம் வைத்தும், மேலும் சுண்டை, பேய்ப்புடலை, தூதுவளை, நெல்லி, ஆதொண்டை, மணத்தக்காளி, வெள்ளாவரை, இவைகளை வற்றலாகவும், மேலும் நார்த்தங்காய், கடுக்காய், தேற்றான் கொட்டை, பெரியகளாக்காய், சிறிய களாக்காய், இஞ்சி, மாங்காய், இவைகளை ஊறுகாயாகவும் வைத்து சாப்பிட்டு வந்தால் வாதநாடி சம்மந்தப்பட்ட அனைத்து நோய்களும் குணமாகும்.

வெள்ளரி, கொம்பு, பாவக்காய், மிதிபாவக்காய். நீளப்புடலை பீர்க்கங்காய், அவரை, ஆற்றுமுள்ளி, கல்யாண பூசணி, கத்தரி, முருங்கை, வாழை இவைகளை பொறியல் அல்லது குழம்பாகவும் புளியவரை, கோவை, முருங்கை, வசலை, பொன்முசுட்டை, அப்பக்கோவை, ஓரிதழ் தாமரை, பாலை, காட்டு முசுக்கை, தூதுவளை, சுரை, வல்லாரை, சிறுகீரை, மணத்தக்காளி, இவைகளை கீரையாகவும், மேலும், சிறுபகலை, வெள்ளைக்கீரை, அகத்திக்கீரை, பிரமி, தைவேளை, தகர இலை (சுத்தாபொருதி இலை), இவைகளுடன் மிளகு, பூண்டு, சேர்த்து ரசமாகவும், மேலும் வெண்முள்ளி, பேய்ப்புடலை, தூதுவளை, கண்டங்கத்தரி, பாவற்காய், மணத்தக்காளி, தாமரை, வல்லாரை, இவைகளின் காய்களை வற்றல்களாகவும், பச்சை மிளகாய், இஞ்சி, தூதுவளை, நெல்லி, தான்றிக்காய், தேற்றான், மாங்காய், மலைமாங்காய், கொடி எலுமிச்சை, இவைகளை ஊறுகாயாகவும் வைத்து சாப்பிட்டு வந்தால் பித்தநாடி சம்மந்தப்பட்ட அனைத்து நோய்களும் குணமாகும்.

சிலேத்தும நாடி நித்திய பதார்த்தம்

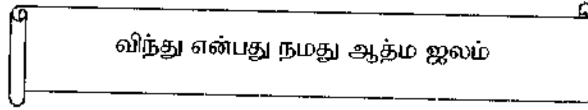
அத்திக்காய், மிதிபாகற்காய், கொப்பு பாவக்காய், கத்தரிக்காய், பேய்ப்புடலை, அவரை, பெரியகளாக்காய், பாகற்காய், பயிற்றம் பிஞ்சு, கண்டங்கத்திரி, பீர்க்கங்காய், கருணைக் கிழங்கு, வாழைத்தண்டு, முள்ளங்கி இவைகளை பொறியல் அல்லது குழம்பாகவும், காரைக்கீரை, வரிக்கோவை, பசுமுன்கருஞ்சி, செம்பை, நீராரை, புளியாரை, மருதம், நெய்தல், குப்பைமேனி, பொன்னாவரை, முசுமுசுக்கை, சிறுபிண்ணாக்குஇலை, பண்ணைக்கீரை, முளைக்கீரை, மணலி, பொன்முசுட்டை, காராமணி, உளுந்து, புளிப்பு மலைக்களாக்காய், பொன்னாங்கண்ணி, நாக்கடுகு, இவைகளை கீரைகளாகவும், ஓமம், செங்கடுகு, சதகுப்பை, வெந்தயம், கொத்தமல்லி, சுக்கு, அகத்தி, தும்பை, இவைகளுடன் மிளகு, பூண்டு, சேர்த்து ரசமாகவும், மணத்தக்காளி, சுண்டை, தூதுவளை, பிரண்டை, கோவை, முள்ளி, பேய்ப்புடலை, ஆதொண்டை என்ற

காத்தாட்டி இலை, அவரை, கண்டங்கத்திரி, நெல்லி, காட்டுநார்த்தங்காய், இவைகளை வற்றலாகவும், பசுமஞ்சள், மிளகு, சுண்டை, வாழைத் தண்டு, மரப்பிஞ்சு, அத்திப் பிஞ்சு, தூதுவளம், இவைகளை ஊறுகாயாகவும் வைத்து சாப்பிட்டு வந்தால் சிலேத்தும நாடி குறைபாடு உள்ளவர்களுக்கு அனைத்து நோய்களும் குணமாகும்.

****

ஆண்மை உண்டுபண்ணும் முறை

ஐயா, எத்தனையோ ஆண்கள் புகையிலை, பான்பராக், சிகரெட், சுயஇன்பம் இதனால் அவர்கள் அறியாத வயதில் தெரியாமல் செய்து விட்டு, திருமணமான பின்பு தன்னுடைய மனைவிக்கு கணவன் என்ற அந்தஸ்தை கொடுக்க முடியவில்லை. இதற்கு ஏதேனும் மருந்து இருந்தால் கூறுங்களேன். ஏனென்றால் உங்களிடம் பல ஓலைச்சுவடிகள் உள்ளது. அதில் முன்னோர்கள் கூறியுள்ளதை எடுத்துக் கூறுங்களேன்.



ஆம். உண்மைதான். நான் வைத்தியனாக ஆன பின்பு எத்தனையோ, பெண்கள் என்னிடம் அழுது குமுறியிருக்கிறார்கள். ஆண்களும் அதேபோல தான் எத்தனையோ பேர் என்னிடம் சொல்லி பல ஊர்களிலிருந்து, வெளி மாநிலத்திலிருந்தும் வாங்கி செல்கிறார்கள். எனக்கு ஒரு தங்கை இருந்து அவளுக்கு இந்த நிலைமை இருந்தால் என் மனம் எவ்வளவு சஞ்சலப்படுமோ அதைப்போல இதில் பாதிக்கப்பட்ட அனைவரையும், என்னுடைய அக்கா தங்கையை போல் நினைத்து, 17வது நூற்றாண்டு, 18வது நூற்றாண்டில் உங்களுக்கு பிள்ளையாக பிறந்திருப்பேன். இப்போது தென்னாட்டில் ஒரு மூலையில் ஒரு தாய்க்கு மகனாக பிறந்திருக்கிறேன். ஆகையால் நான் சொல்லுவது முற்றிலும் உண்மை. இது சிவபெருமான் பார்வதிக்கு உபதேசம் செய்தார். பார்வதி தேவி நந்தி பகவானுக்கு உபதேசம் செய்தார். நந்தி பகவான் சித்தர்களுக்கு உபதேசம் செய்தார். சித்தர்கள் அவர்கள் ஏட்டிலிருந்து எடுக்கப்பட்டவை. ஆகையால் இது மிகவும் சிறந்த மருந்து. எந்த பக்க விளைவும் கிடையாது. இதை அனைவரும் செய்து சாப்பிட வேண்டும் என்று வெளிப்படையாக கூறுகிறேன்.

கடை சரக்குகள்

1. சாலாமிசிரி
2. குமஸ்ததி
3. பாதாம் பருப்பு
4. அரரூட் பருப்பு
5. ஆலம் விதை
6. தாமரை விதை
7. சின்ன வெங்காய விதை
8. வாகைப் பிசின்
9. ஆவாரம் பிசின்
10. இலவம் பிசின்
11. கருவேலம் பிசின்
12. சீந்தில் சர்க்கரை
13. அதி மதுரம்
14. சாரப் பருப்பு
15. ஜப்சா விதை
16. நீர்முள்ளி விதை
17. கடலை மாவு
18. திப்பிலி
19. வலம்புரிக்காய்
20. ஜாதிக்காய்
21. யானை திப்பிலி
22. ஜாதி பத்திரி
23. சிறுதிப்பிலி
24. கிராம்பு
25. அக்ரகாரம்
26. சித்தரத்தை
27. நயம் சாம்பிராணி
28. வால்மிளகு
29. முருங்கை பிசின்
30. பாதாம் பிசின்
31. வேப்பம்பிசின்
32. கூகைநீர்
33. சிசகாகப்பூ
34. நிலப்பினை கிழங்கு
35. பூமி சர்க்கரை கிழங்கு
36. சீன அமுக்கரா
37. மாசிக்காய்
38. மதனப்பூ
39. ரோஜாப்பூ
40. கோஸ்டம்
41. பெருஞ்சீரகம்
42. செண்பக மொட்டு
43. திராட்சை
44. முந்திரி பருப்பு
45. கசகசா
46. மூங்கில் உப்பு

47. தக்கோலம்
48. மாதளம் ஓடு
49. பச்சை கற்பூரம்
50. பிஸ்தா
51. இஸ்கோல் அரிசி
52. முள்ளங்கி விதை
53. சீரகம்
54. முருங்கை பூ
55. வெள்ளரி விதை
56. பேரிச்சம் காய் (4 மடங்கு)
57. முருங்கை விதை (2 மடங்கு)
58. குங்குமப்பூ உசிளம்
59. கருஞ்சீரகம
60. முருங்கை பிஞ்சு- 50 எண்ணம்
61. எள்ளு
62. உளுந்து
63. இலவன்வித்து
64. இந்துப்பு
65. கடுக்காப்பூ
66. இலுப்பைபூ
67. நெருஞ்சில் பருப்பு
68. தண்ணீர்விட்டான்
69. சத்திராச்சாணை
70. குராசானிவோமம்
71. சிறுதேக்கு
72. செங்கழுநீர்பூ
73. சீந்தில் தண்டு
74. ஆவாரை
75. சிறுகாஞ்சோரி
76. சுக்கு
77. கசகசா
78. கானப்பயிறு
79. அத்திப்பழம்

ஞான மணியாம் விந்து நாதம்

மேலே கொடுக்கப்பட்டுள்ள அனைத்து பொருட்களும் 50 கிராம் வாங்குகிறோம் என்றால் பேரிச்சம்பழம் (4 மடங்கு) அதாவது 200 கிராம். முருங்கைவிதை (2மடங்கு) அதாவது 100 கிராம் வாங்க வேண்டும். இந்த அனைத்து சரக்குகளையும் நன்கு காயவைத்து இடித்து பொடிசெய்து திரியடிபிராமாணம் சாப்பாடு சாப்பிடுவதற்கு முன் காலையிலும், மாலையிலும் பசும்பாலில் சாப்பிட வேண்டும். (மருந்து சாப்பிட்ட அரை மணி நேரத்திற்கு பின் சாப்பிட வேண்டும்)

(திரியடிபிராமாணம் என்பது ஆழ்காட்டிவிரல், பெருவிரல், நடுவிரல் இம் மூன்று விரல்களால் அள்ளும் அளவு திரியடிபிராமாணம் ஆகும். அதே போல் சமூலம் என்பது ஒரு செடியின் வேர், தண்டு, இலை, பூ, காய், கனி இவையனைத்தும் சேர்ந்ததே சமூலம் ஆகும்). மருந்து சாப்பிட ஆரம்பிக்கும் முதல் நாளில் இருந்து 20 நாள் வரை கணவன் மனைவி ஒன்று சேரக்கூடாது. மேலே கொடுக்கப்பட்டுள்ள அனைத்து சரக்குகளும் மதுரையில் கீழமாசி வீதியில் தேரடியில் தேருக்கு எதிரில் இரத்தினசெட்டியார் கடையில் அனைத்து பொருட்களும் கிடைக்கும். இதை விட ஆண்களுக்கு சிறந்த மருந்து இருக்காது என்று நம்புகிறோம். ஆகையால் இதை அனைவரும் சாப்பிட்டு, சந்தோஷமாக இருப்பது எங்களுக்கு சந்தோஷம். (சர்க்கரை வியாதிக்காரர்கள், இருதய நோய்க்காரர்கள் சாப்பிடக்கூடாது.)

விந்து மேலேற தந்திரம் பழகு

ஆண்மை இல்லாததற்கு லிங்கத்தில் பூசும் முறை

1) நீர் முள்ளி விதையை வெண்ணெயில் அரைத்து அத்துடன் குப்பைமேனி, பச்சைக் கற்பூரம், புனுகு, சமம் சேர்த்து அரைத்து இனக்குறியில் பூசி ஐந்து நிமிடம் கழித்து சரீர சம்மந்தப்பட்டால் நீண்ட நேரம் நீடிக்கும்.

2) நீர்முள்ளி விதையை மெழுகு பதமாக அரைத்துஆண் குறியில் தடவி புணர விந்து விழாது ஸ்தம்பிக்கும்.

3) பிரண்டைப் பழம், ஈச்சம் பழம் இரண்டையும் ஒன்றாக அரைத்து லிங்கத்தின் மேல் தடவ அதிக நேரம் நீடிக்கும்.

விந்து மேலேற தந்திரம் பழகு

4) வெங்காயத்தை அகத்தி இலைச் சாறில் அரைத்து லிங்கத்தின் மேல் தடவ அதிக நேரம் நீடிக்கும்.

ஆண்மையை உண்டுபண்ணும் மருந்து முற்றிற்று

****

இயற்கை பானத்தின் மகிமை



ஐயா, தற்சமயம் மக்கள் பலர் மதுவை அதிகமாக அருந்தி உடல் நலத்தைக் கெடுத்துக் கொள்கின்றனரே! அக் காலங்களில் கிடைக்கும் கள் உள்ளிட்ட மதுவைப் பயன்படுத்தி வந்திருக்கின்றனர். ஆனால் அக் காலத்தில் பயன்படுத்திய மது வஸ்த்துக்கள் அதிக பாதிப்பைத் தந்ததில்லை. ஆனால் தற்பொழுது உள்ள மது வகைகள் அதிக பாதிப்பைத் தருகின்றன. இது ஏன்? இது பற்றி சற்று விரிவாக கூறுங்களேன்.

ஆம். தற்பொழுது உபயோகிக்கும் மது வகைகள் அதிக பாதிப்பைத் தருகின்றன. இதற்கு என்ன காரணம் எனில் இதில் சேர்க்கப்படும் தீங்கு விளைவிக்கக் கூடிய இரசாயனப் பொருட்கள் மற்றும் நச்சுப் பொருட்களே ஆகும். ஆனால் முற்காலங்களில் இயற்கையான முறையில் கிடைக்கும் மது வகைகளை உடல் நலத்திற்காக மட்டுமே பயன்படுத்தி வந்தனர். அதாவது இயற்கையில் கிடைக்கும் மது வகையில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தக் கூடிய வேறு எந்த பொருட்களையும் சேர்க்காமல் அப்படியே பருகி வந்தனர். இதன் மூலம் உடல் ஆரோக்கியம் மேம்பட்டது. வேறு எந்த வகையிலும் பாதிப்பை தருவதில்லை. உதாரணமாக இயற்கையாக உருவான பனை மரத்தையே எடுத்துக் கொள்ளலாம். இம் மரமானது பூமியில் இருந்து எடுக்கும் சத்துப் பொருட்களை வேறு எந்தப் பொருளையும் சேர்க்காமல் அப்படியே கொடுப்பதால் பாதிப்பைத் தருவதில்லை. ஆனால் சிந்திக்கும் திறன் கொண்ட மனிதனோ போதையையும், அதிக பாதிப்பையும் தரக்கூடிய பல பொருட்களை கலந்து மது தயாரிக்கின்றான். இதனால் அதிக போதையும் அதிக பாதிப்பும் ஏற்படுகின்றன.

பனை மரத்தை எடுத்துக் கொண்டால் அதிலிருந்து வரும் பதனீரில் உடலுக்குத் தேவையன சத்துப் பொருட்கள் அதிக அளவில் கலந்துள்ளன. அவைகள் என்னவென்று பார்ப்போம்.

ஒரு தம்ளர் பதனீரில்,

சர்க்கரை	=	2.8 %
கால்சியம்	=	35.4 %
இரும்பு	=	5.5 %
பாஸ்பரஸ்	=	32.4 %
தயாமின்	=	8.2 %
ரி பே..பிளாவின்	=	4.4 %
அஸ்ப்ராபிக் அமிலம்	=	1.2 %
புரோட்டீன்	=	4.9 %
மற்றவை	=	5.2%

மேலும் வைட்டமின்கள் சி. பி. பி காம்பிளக்ஸ் நைட்ரஜன், குளுக்கோஸ், உள்ளிட்டவையும் உள்ளன. இப்படி உடலுக்குத் தேவையான ஊட்டச்சத்துக்களை கொண்டுள்ள கள், பதனீரை அருந்துவதில் பாதிப்பு ஏதுமில்லை. மரத்திலிருந்து இறக்கப்பட்ட சிறிது நேரத்தில் அருந்துவதால் பாதிப்பு இல்லை. மரத்திலிருந்து எடுக்கப்பட்ட அதிக நேரம் ஆன கள், பதனீரை சாப்பிட்டால் மட்டுமே பாதிப்பைத் தரும். எனவே அதிக பாதிப்பைத் தரக்கூடிய மது வஸதுக்களை சாப்பிட்டு உடல் நலத்தைக் கெடுத்துக் கொள்ளாமல் உடலைப் பேணி காப்போமாக!.

எல்லா மரங்களிலும் புல்லுருவிகள் இருக்கும். அதை பார்ப்பது அபூர்வமாக இருக்கும். ஆனால் படத்தில் பார்ப்பது பனை மரத்தில் இருக்கும் மிக மிக அபூர்வமான புல்லுருவி. இதற்கு செவிட்டு ஓலை என்று பெயர். ஏன் இதற்கு இப்படி பெயர் வந்தது என்றால் பிறக்கும் பொழுது செவிடாக பிறக்கும் குழந்தைக்கு வலம்புரிக்காய்-5, இடம்புரிக்காய் -5 ஒரு கை அளவு செவிட்டு ஓலை, இரண்டு பல் பூண்டு நான்கையும் ½ லிட்டர் வேப்ப எண்ணையில் போட்டு நன்கு கொதிக்க வைக்க வேண்டும். இந்த எண்ணையை காதில் நான்கு சொட்டு வீதம் ஊற்றிவர காது நன்றாக கேட்கும்.

ஆதலால் இதற்கு செவிட்டு ஓலை என்று பெயர் வந்தது. இதை நாங்கள் எங்கள் அனுபவத்தில் கொடுத்து குணமான மூலிகை. இது அனைத்து இடங்களிலும் கிடைக்காது. நாங்கள் பல இடங்களுக்கு அலைந்து திரிந்து அதிக சிரமப்பட்டு அதிக பொருட் செலவு செய்து மக்கள் நலனுக்காக இதை படம் பிடித்து காட்டியுள்ளோம்.

****

எறும்பு பரிகார முறை

ஐயா, உலகில் உள்ள ஜீவராசிகளில் மிகவும் உன்னதமான பிறவி மனிதப் பிறவி என்று கூறுவர். ஆனால் இந்த மனிதப் பிறவிதான் மற்ற ஜீவராசிகளைக் காட்டிலும் அதிகம் துன்பப்படுகின்றது. கிரகங்கள்கூட மனிதப் பிறவியைத் தான் ஆட்டுவிக்கின்றன. மனிதப் பிறவி துன்பப்படுவதற்கு காரணம் என்ன? தற்பொழுது ஒவ்வொரு கோயிலுக்கும் சென்று மக்கள் பரிகாரம் செய்கின்றனர். பரிகாரம் செய்வது பற்றி கொஞ்சம் விரிவாகக் கூறுங்களேன்.

மனிதப் பிறவி அதிக துன்பப்படுவதற்கு காரணம் பகுத்தறிவே. எப்படி யெனில் மற்ற ஜீவராசிகளுக்கும் கிரக நிலை உண்டு. அதன்படியே அந்த ஜீவராசிகளும் இன்ப துன்பங்களை அனுபவிக்கின்றன. மற்ற ஜீவராசிகளுக்கு பகுத்தறிவு இல்லை. எனவே தனக்கு ஏற்படும் இன்ப துன்பங்களை அவைகள் உணர்வதில்லை. ஆனால் மனிதப் பிறவிக்கு பகுத்தறிவு உண்டு. எனவே தனக்கு ஏற்படும் இன்ப துன்பங்களை உணர முடிகிறது. மேலும் தனக்கு ஏற்படும் துன்பங்களைக் குறைக்க பரிகாரம் செய்வது பற்றி விரிவாகக் கூறுகிறேன்.

சங்கடங்கள் தீர சங்கடஹர சதுர்த்தி

ஒவ்வொரு மாதமும் வரும் சங்கடஹரசதுர்த்தி அன்று வன்னி மரத்தின் கீழுள்ள விநாயகர் முன்பு நின்று மாலையில் சந்திரன் உதயம் ஆகும் நேரத்தில் சந்திரனை பார்த்து தமக்கு உள்ள சங்கடங்களை சந்திரனிடம் சொல்லிவிட்டு அப்படியே விநாயகரைப் பார்த்து நின்று கொண்டு வன்னிமர இலையைக் கொண்டு விநாயகரிடம் தன்னுடைய துன்பங்களை சொல்லிக் கொண்டே அர்ச்சனை செய்ய வேண்டும். இவ்வாறு ஒன்பது மாதங்கள் வரை செய்து வர சங்கடங்கள் அனைத்தும் தீர்ந்து விடும்.

நாம் நோயினால் மிகவும் அவதிப்படுகிறோம் என்றால் இலுப்பை எண்ணெயில் தீபம் போட வேண்டும். இலுப்பை எண்ணெய்யில் பெருந்தும்பை

இலையை பறித்து அந்த இலையை திரிபோல் நன்கு திரித்து தீபம் போட்டால் தீபம் பிரகாசமாக எரியும். பெருந்தும்பை பெருமாளுக்கு உரியதாகும்.

ஏழு தலைமுறைக்கு முன் செய்த பாவங்களும் இந்த தலைமுறையில் நீங்கள் செய்த தெரிந்த பாவம், தெரியாத பாவம், அறிந்த பாவம், அறியாத பாவம், வாயால் பேசிய பாவங்கள் அனைத்தும் தீருவதற்கு சனிக் கிழமையன்று பச்சரிசியை ஒரு கையில் அள்ளி நன்கு பொடி செய்து சூரிய நமஸ்காரம் செய்து விட்டு விநாயகப் பெருமானை மூன்று சுற்று சுற்றி அந்த அரிசியை விநாயகரைச் சுற்றி போட்டால் அதை எறும்பு சாப்பிட்டுவிடும். அப் பொழுது அனைத்து பாவங்களும் போய்விடும். எப்படி என்றால், ஒரு மனிதனை யானை மிதித்து தாண்டி இரண்டடி தூரம் போய் பார்த்தால் மனிதன் நசுங்கி விடுவான். நமக்கு யானை எவ்வளவு பெரியதாக தெரிகின்றதோ அதே போல்தான் எறும்புக்கு நாம் மிகப் பெரிய உருவமாக தெரிவோம். ஆனால் நாம் எறும்பை மிதித்து இரண்டடி தூரம் போய் பார்த்தால் எறும்பு எழுந்து ஊர்ந்து போய்க் கொண்டு இருக்கும். தீய சக்திகள் எது பட்டாலும் அது சாகாது. மனிதன் இரண்டு நசுக்கு நசுக்கினால்மட்டுமே சாகும்.

நாம் அதற்கு பச்சரிசியை உணவாக கொடுத்தால் நம்மிடம் உள்ள பாவங்களும் பீடைகளும் போய்விடும். அது எவ்வாறெனில் எறும்புகள் நாம் போட்ட பச்சரிசியை உடனே சாப்பிடுவதில்லை. அதை தன் கூட்டிற்கு கொண்டு போய் மழைக் காலத்தில் வைத்து சாப்பிடுவதற்கு வைத்துக் கொள்ளும். மேலும், இவ்வாறு அரிசியை எடுத்து சேமித்து வைத்துக் கொள்ளும். இதனை சாப்பிடுவதற்கு இரண்டேகால் வருடம் ஆகும். அதனுடைய எச்சில் பட்ட உடனே அந்த அரிசியும் எப்பவும் கெட்டுப் போகாமல் புது அரிசி போல இருக்கும். இதை நீ□களே கண்கூடாக காணலாம். இரண்டேகால் வருடம் அந்த எறும்புக் கூட்டில் பச்சரிசி இருப்பதால் முப்பத்தி முக்கோடி தேவர்களும் பார்த்துக் கொண்டு இருப்பார்கள். இரண்டரை ஆண்டிற்கு ஒரு முறை கிரக நிலை மாறும்.

அந்த கிரக நிலை மாறியவுடன் அதன் வலு இழந்து போய் விடும். இதையெல்லாம் அறிந்த முன்னோர்கள் எறும்புக்கு அரிசியை உணவாக போடுங்கள் என்றார்கள். ஏன் அவ்வாறு கூறினார்கள் என்றால் ஓர் எறும்பு சாப்பிட்டால் 108 பிராமணர்கள் சாப்பிட்டதற்கு அர்த்தம். இதனால் தான் பச்சரிசி கோலங்கள் போடுங்கள் என்று கூறினார்கள். ஏன் என்றால் நாம் போட்ட அரிசி இரண்டேகால் வருடத்திற்கு அதன் கூட்டில் இருக்கிறது. நமக்கு இரண்டே கால் வருடத்திற்கு எந்த கஷ்டமும் இல்லாமல் நிம்மதியாக இருப்போம். எப்படி என்றால் நாம் எறும்புக்கு படி அளந்த அரிசி அதன் கூட்டில் இருக்கும். சனி பகவான் நமக்கு படி அளக்காமல் இருந்தால் முப்பத்தி முக்கோடி தேவர்களும், அவன் எறும்புக்கு படி அளந்த உணவு அதன் கூட்டில் உள்ளது. ஆதலால் நீ அவனுக்கு எந்த கஷ்டமும் கொடுக்கக் கூடாது என்று முப்பத்தி முக்கோடி தேவர்களும் கூறிவிடுவார்கள். ஆறு மாதத்திற்கு முன்னே சனி பகவான் வலு இழந்து விடும். கிரக நிலை மாறிவிடும். ஆதலால் இறைவன் நமக்கு தினமும் படி அளந்து எந்த ஒரு கஷ்டமும் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்வார். இந்த நூலை பார்த்தாவது அனைவரும் வீட்டிற்கு முன்பு பச்சரிசி மாவினால் கோலங்கள் போடுவீர்கள் என்று முழுமையாக நம்புகிறேன். அது மட்டும் இல்லாமல் உங்கள் கர்ம வினைகள் அகல வேண்டும் என்றால் இன்னும் ஒரு வழி உண்டு.

உங்களுடைய நட்சத்திரத்திற்கு ஏற்ற மரங்கள் உண்டு. அந்த நட்சத்திரத்தின் அமைப்பு ஜாதகத்திற்கு பொருந்தும். நாம் திருமணம் செய்யும் பொழுது நமக்கு வரும் மனைவியின் நட்சத்திரத்திற்கு உரிய மரங்களும் நமக்கு உரிய மரங்களுக்கும் பொருந்துமா என்று ஜாதகக்காரர்கள் பார்ப்பார்கள். நம் பெயருக்கு உரிய நட்சத்திரத்திற்கு ஏற்ற மரங்களை நாம் வீட்டிலோ அல்லது தோட்டத்திலோ ஊன்றி வளர்த்தால் முதலில் நம்முடைய ஜாதகம் பேசும். பின்பு நம் மூத்த மகனின் ஜாதகம்தான் பேசும். அதே போல் நம்முடைய பீடைகள் அனைத்தும் நாம் வளர்க்கும் உயிருள்ள மரத்திற்கு தொத்திவிடும். இது போன்ற மரங்களை ஆலயங்களைச் சுற்றி வைத்து வளர்த்தால் மிகவும் நல்லது.

****

27 நட்சத்திரத்திற்கு உரிய மரங்கள் பின்வருமாறு

எண்.	நட்சத்திரம்	மரம்
1.	அசுவினி	எட்டி
2.	பரணி	நெல்லி
3.	கார்த்திகை	அத்தி
4.	ரோகிணி	நாவல்
5.	மிருகசீரிடம்	கருங்காலி
6.	திருவாதிரை	செங்கருங்காலி
7.	புனர்பூசம்	மூங்கில்
8.	பூசம்	அரசு
9.	ஆயில்யம்	புன்னை
10.	மகம்	ஆல்
11.	பூரம்	பலாசு
12.	உத்திரம்	அலரி
13.	அஸ்தம்	அத்தி
14.	சித்திரை	வில்வம்
15.	சுவாதி	மருதம்
16.	விசாகம்	குருவிளா
17.	அனுஷம்	மகிழ்
18.	கேட்டை	பிராய்
19.	மூலம்	மரா
20.	பூராடம்	வஞ்சி
21.	உத்திராடம்	பாலா
22.	திருவோணம்	எருக்கு
23.	அவிட்டம்	வன்னி
24.	சதயம்	கடம்பு
25.	பூரட்டாதி	மதா
26.	உத்திரட்டாதி	வேம்பு
27.	ரேவதி	இலுப்பை

மூலிகைகளின் முறிவு விதி

ஐயா, உலகில் இருபது லட்சம் மூலிகைகள் உள்ளன. ஒவ்வொரு மூலிகைக்கும் ஒரு குணம் உண்டு. ஒரு மூலிகையை மருந்துக்கு உட்கொள்ளும் பொழுது, ஒரு சில மூலிகைகள் பக்க விளைவுகளை ஏற்படுத்துகின்றன. பக்க விளைவுகளைத் தரும் மூலிகைகளுக்கு முறிவு உண்டா? அது பற்றி விரிவாக கூறுங்களேன்?

முக்கியமான கேள்வியைக் கேட்டுள்ளீர்கள். இது பற்றி விரிவாகக் கூறுகிறேன். ஒவ்வொரு மூலிகையும், உலகில் உள்ள அனைத்து உயிர்களுக்கு ஒவ்வொரு விதத்தில் உதவுகின்றன. அப்படி உதவும் மூலிகைகள் ஒரு சில காரணங்களால் பக்க விளைவைத் தரும். அப்படிப்பட்ட மூலிகைகளுக்கு முறிவு மருந்தைக் கொடுக்கலாம். இது பற்றி இங்கு விரிவாகக் கூறுகிறேன். அறுபத்து நான்கு வகையான பாஷாணங்களுக்கும் முறிவு உண்டு.

மூலிகைகளின் முறிவு விதி

அறுபத்தி நான்கு வகையான பாசாணங்களுக்கும் முறிவு

மிளகு இரண்டு பங்கு, பருத்திக் காய், வண்ணான் அவுரிவேர், சிறு கீரை வேர், இவைகளை ஒவ்வொரு பங்காக எடுத்து இடித்து, பொடி செய்து கொதிக்க வைத்து காலை மாலை இரு வேளையும் அரைக்கால்படி வீதம் கொடுத்து வரவும்.

அதிக சோர்வாய் இருந்தால் ஒரு மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை கொடுக்கவும்.

64 வகை பாஷாண வகைகளுக்கும் முறிவு நீலி என்ற வண்ணான் அவுரி ஆகும்.

எந்த ஒரு உணவையும் அளவுக்கு மீறி சாப்பிட்டு, உடலில் ஏற்றுக் கொள்ளாமல் விஷமாக மாறினால் அதற்கு முறிவு முருங்கை மரப் பட்டை திரியடிபிரமாணம், ஆவாரம் வேரின் பட்டை திரியடிபிரமாணம், சிறிய வெங்காயம் ஒரு பல் மூன்றையும் சேர்த்து இடித்து காயவைத்து காலையிலும், மாலையிலும் தேனில் கலந்து ஐந்து நாட்கள் சாப்பிட்டு வர விஷம் முறியும்.

அபின் மற்றும் ஊமத்தங்காய் தின்றவர்களுக்கு நிவர்த்தி

மாசிக்காய் கியாழம் கொடுக்க நிவர்த்தியாகும். (கியாழம் என்பது காயவைத்து இடித்து பொடி செய்தல்)

(அல்லது)

மிளகு, சீரகம், கொத்துமல்லி (தனியா) சோம்பு இவைகளை சமன் எடுத்து இடித்து திரியடிப்பிரமாணம் கொடுக்கவும்.

தனி ஊமத்தை சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

தாமரைக் கிழங்கை புளித்த தண்ணீர் என்ற காடியில் அரைத்துக் கொடுக்கவும்.

(அல்லது)

கோவை இலையை அரைத்து ஒரு சங்கு அளவு கொடுக்க உடன் நிவர்த்தியாகும்.

எருக்கன் பால் அருந்தியவர்களுக்கு நிவர்த்தி

பசு மோர், நெய், கருவேலன் கியாழம் (அல்லது) அவுரி, நீர் ஆகாரம் என்ற காடித்தண்ணீர், சர்க்கரை, முத்தெண்ணெய், மஞ்சள் இவை கொடுக்கவும்.

சுண்ணாம்பு சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

மஞ்சள்கியாழம், எள்ளெண்ணை, எருமைத் தயிர், சீந்தில்கொடிகியாழம், சீரகம், கொள்ளக்காய் வேளை கியாழம் இவைகளில் எது வேனும் ஒன்று கொடுக்கவும்.

புகையிலை சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

அகத்திக்கீரை சாறு ஒரு சங்கு கொடுக்கவும்.

தில்லைப் பால் அருந்தியவர்களுக்கு நிவர்த்தி

எருமைக் கோமியம், கோவை சாறு, விளக்கெண்ணை கொடுக்கவும்.

கற்பூரம் சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

காசுக்கட்டியை பழரசத்தில் அரைத்து மோரில் கொடுக்கவும்.

கொடிக்கள்ளிப் பால் அருந்தியவர்களுக்கு நிவர்த்தி

கோவைச் சாறு, ஆவாரைக் கியாழம் கொடுக்கவும்

பலாப் பழம் சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

தேன், பசு நெய் கொடுக்கவும்

பழவர்க்கம் சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

மிளகு, சுக்கு இடித்து பொடி செய்து கொடுக்கவும்.

தேன் அருந்தியவர்களுக்கு நிவர்த்தி

வெந்த கறியின் ஜலம் கொடுக்கவும்.

எள் சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

சர்க்கரை கொடுக்கவும்

எட்டிபழம் சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

நாவற்பட்டையை அரைத்துக் கொடுக்கவும்.

நெய், தேன் உண்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

அடுப்புக் கரியை ஜலத்தில் கொடுக்கவும்

இலவம் பிஞ்சு சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

சிவனார் வேம்பு கியாழத்தை கொடுக்கவும்

வாழைப் பழம் சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

மிளகு, கற்பூரம் புகையிலை கியாழம் கொடுக்கவும்.

சாராயம் அருந்தியவர்களுக்கு நிவர்த்தி

முள்ளங்கி சாரில் படிகாரமிட்டு கொடுக்கவும். மேலும் வாழைப் பட்டை ரசம், வெங்காயச்சாறு கொடுக்கவும்.

எலிபாஷாணம் சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

பாவக்காய் இலை, வண்ணான் அவுரி.

கள்ளிப் பால் அருந்தியவர்களுக்கு நிவர்த்தி

வாழைப் பட்டை ரசம், ஆவாரைக் கியாழம் கொடுக்கவும்

சதுரக் கள்ளிப் பால் சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

கடுக்காய், ஆவாரை செடி கியாழம் கொடுக்கவும்

கஞ்சா உபயோகித்தவர்களுக்கு நிவர்த்தி

சுக்கு கியாழம், பழரசம், வாழைப் பட்டை ரசம் கொடுக்கவும்

கடலை, துவரை மொச்சை சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

செம்மண் கலந்த ஜலம் கொடுக்கவும்

வெற்றிலைச் சாறு, எள் எண்ணெய் சாப்பிட்டவர்களுக்கு நிவர்த்தி

முற்றின தேங்காய்ப் பால் கொடுக்கவும்.

கெந்தக பாஷாணம் சேர்ந்த அவிழ்தங்களுக்கு நிவர்த்தி

அவுரி வேர், மிளகு, தாரைக் கிழங்கு, கத்தரிவேர், இவைகள், கியாழம் வைத்துக் கொடுக்கவும். பன்னீர் கற்பூரம் கலந்து சுண்டைக்காய் அளவு கொடுக்கவும்.

பாஷாணம் தின்றவர்களுக்கு நிவர்த்தி

எருமை வெண்ணெய்யில், மிளகை அரைத்துக் கொடுக்கவும். எருமைத் தயிரில் சந்தனத்தை அரைத்துக் மேலுக்குப் பூசவும். (அல்லது) மிளகு, சிறு கீரை, ஓரண் உயிலை, எலுமிச்சம் இலை, இவைகள் சமன் கொண்டு அரைத்து புன்னைக்காயவு கொடுக்கவும்.

இருபது லட்சம் மூலிகைகளுக்கும் நிவர்த்தி

இருபது லட்சம் மூலிகைகளுக்கும் கோவை இலைச்சாறு ஒரு சங்கு கொடுக்க முறிவு உண்டாகும். சாறை மூன்று நாட்கள் கொடுக்க நிவர்த்தியாகும்.

64 வகை பாஷாணங்களுக்கும் நிவர்த்தி

சிறு கீரை, வண்ணான் அவுரி வேரை வேகவைத்த கஷாயத்தை மூன்று அல்லது ஐந்து நாட்கள் கொடுக்க நிவர்த்தியாகும்.

பத்திய முறிவுக்கு நிவர்த்தி

சிறு கீரை வேர், வண்ணான் அவுரி, மிளகு ஓமம், அரைத்து உடல் முழுவதும் பூசலாம். முள் சங்கு இலையை உப்பில் போட்டு வறுத்துக் கொடுக்கலாம்.

சத்ரு – மித்ரு

- அசைவ சாப்பாட்டுடன் மதுபானம் சாப்பிட்டு அகத்திக்கீரை சாப்பிட்டால் மாரடைப்பு ஏற்படும்.
- பழைய சோறும் நல்லஎண்ணையும் சாப்பிட்டால் உடலில் விஷத்தன்மை ஏற்படும்.
- கோழிக்கறி சாப்பிட்டு தயிர் சாப்பிட்டால் அரிப்பு ஏற்படும்.
- சக்கரவள்ளி கிழங்கு அடிக்கடி சாப்பிட்டால் அரிப்பு ஏற்படும்.
- சௌவ் சௌவ் காய் அடிக்கடி சாப்பிட்டால் கால்வலி ஏற்படும்.
- யானை சானியை தண்ணீரில் கரைத்து மூன்றுமுறை கொப்பளிக்க பல் உதிர்ந்துவிடும்.
- கரும்பு சாப்பிட்ட உடன் அவல் சாப்பிட்டால் பல் அசைவு ஏற்படும்.
- அவலை நெய்யில் பிசைந்து ½ மணி நேரம் கழித்து சாப்பிட்டால் மெல்ல முடியாது.
- மீன் சாப்பிட்டு வாழைப்பழம் சாப்பிடக்கூடாது.
- நெல்லிக்காய் சாப்பிட்டால் தயிர் சாப்பிடக்கூடாது.

சர்ப்ப வகைகள்

உத்தம ஜாதி, பலஜாதி என்ற இருவகை சர்ப்பங்கள் உள்ளன.

உத்தம ஜாதி சர்ப்பங்கள்

1. வாசுகி	5. குளிகன்
2. அருந்தன்	6. பதுமன்
3. தக்கன்	7. மகாபதுமன்
4. சங்கபாலன்	8. கார்க்கோடகன்

என உத்தம ஜாதி சர்ப்பங்களில் எட்டு வகைகள் உள்ளன.

வாசுகி என்னும் சர்ப்பம்	- சத்திரிய ஜாதி
அருந்தன் என்னும் சர்ப்பம்	- பிரமஜாதி
தக்கன் என்னும் சர்ப்பம்	- வைசிய ஜாதி
சங்கபாலன் என்னும் சர்ப்பம்	- சத்திரிய ஜாதி
குளிகன் என்னும் சர்ப்பம்	- பிரமஜாதி
பதுமன் என்னும் சர்ப்பம்	- சூத்திரஜாதி
மகாபதுமன் என்னும் சர்ப்பம்	- வைசிய ஜாதி
கார்க்கோடகன் என்னும் சர்ப்பம்	- சூத்திர ஜாதி

பலஜாதி சர்ப்பங்கள்

விஷம் உள்ள சர்ப்ப ஜாதிகள் 40 விதங்கள்

விஷம் இல்லாத சர்ப்ப ஜாதிகள் 44 விதங்களாகும்.

உத்தம ஜாதி சர்ப்பங்கள் உற்பத்தி

இவைகள் ஆனி மாதத்தில் புணர்ந்து ஆடி, ஆவணி மாதங்களில் வயிறு உளைந்து கார்த்திகை மாதத்தில் பூ, பொன்எருக்கம்பூ, வெண்மை ஆகிய இந்த நிறங்களாக 248 முட்டைகளை இட்டு ஏழு நாள் அவயங்காக்கும் என்றும், அம் முட்டைகளில் ஆண் முட்டைகள் முகிழ் விரியாத எருக்கம்பூ மொட்டைப் போலும், பெண் முட்டைகள் வாகைப்பூ அரும்பைப் போலும் இரண்டு பேகமாயிருக்கும் என்றும், அதையன்று தாயானது ஏழு நாட்களுள் 228 முட்டைகளைப் புசிக்கும் என்றும், 4 முட்டைகள் அழியும் என்றும், 16 முட்டைகள் பொரிந்து குட்டிகளாகத் திரியும் என்றும், அக்குட்டிகளுக்கு மயிர் போல் 24 கால்கள்இருக்கும் என்றும், இவைகள் பிறந்த 28 நாளில் சூரியனை நோக்கிப் படம் விரித்து ஆடி விஷம்பெறும்.

கொண்டு தனித்தனியே பிரியும் என்னும், 60வது நாளில் தோல் உரிக்கும் என்றும் 6வது மாதத்தில் பல்லும், நஞ்சும் வாலும் பிரகாசமாய்த் தோன்றும் என்றும் இவைகள் ஒருவனைக் கடிக்கும் போது கடியுண்டவனுக்கு இறப்புண்டோ, இல்லையோ என்று சந்தேகிக்கும் என்றும், இவைகளுக்கு கண்களே காதாக இருக்கும் என்றும் (ஆகையால் இவைகளுக்குக் கட்செவி எனப் பெயர்)இவைகளின் வாய்க் கீழ் வரிசையில் காளி, காளிரத்திரி என இரண்டு பற்களும், மேல் வரிசையில் எமகன், எமதூதன் என இரண்டு பற்களும் உண்டு என்றும், இவ் விஷங்கள் மணி மந்திர அவுஷத தாதுகளுக்கு அஞ்சும் என்றும் "சித்தர்ஆருட விருத்தப்பா" என்னும் சாஸ்திரம் கூறுகின்றது.

பலஜாதி சர்ப்பங்கள் உற்பத்தி

உத்தம ஜாதி சர்ப்பங்கள் சித்திரை மாதம் புணர்ச்சியில் இச்சை உண்டாகி, ஆனி மாதத்தில் ஆணும் பெண்ணும் இடைவிடாது திரிந்து, ஆடி மாதத்தில் கூடி இழைத்து சூலுண்டாகி, கார்த்திகை மாதத்தில் 100, 200, 400 முட்டைகள் இடும். இவற்றுள் சில முட்டைகள் பெருங்காற்றினாலும் அதிக தீட்சண்யத்தினாலும் கெடுதியை அடையும். மற்ற முட்டைகள் தனக்குத்தானே விரிந்துடைய அவைகளின்றும், சிறு சிறு குட்டிகள் வெளிப்படும். இக் குட்டிகளுக்கு கீழ் வாய் வரிசையில் காட்டு வாகைப்பூ, கேசரப் பிரமாணங்களையொத்து மஞ்சள் நிறமான ஏழு கோரைப் பற்கள் முளைக்கும். இவற்றுள் பகலில் விஷமிருப்பது 4, இரவில் விஷமிருப்பது 3, இவ்விஷம் 4,3 என்னும் துளிக் கணக்காக விழும்.

இக் கோரைப் பற்கள் வருஷத்திற்கொருதரம் விழுந்து முளைக்கும். இவ்வித விஷ சர்ப்ப ஜாதிகள் 44 விதங்களுமாம். இவற்றுள் பிரம, சத்திரிய, வைசிய சூத்திரர் என்னும் 4 ஜாதி சர்ப்பங்களும் ஆண், பெண், அலி என்னும் 3 குறிப்புகளையுள்ளன. சர்ப்பங்களும் மலடு என்னும் நோய்குறி பெற்ற சர்ப்பமும், பாலியம், யௌவனம், விருத்தாப்பியம் என்னும், முப்பருவங்களையுடைய சர்ப்பங்களும் உண்டு.

இவைகளுக்கு ஆயுள் 1000, 800, 500, 300, 200, 100, 26 வருடங்கள் ஆகும். சில ஜாதி சர்ப்பங்களுக்கு ஆயுள் 5, 20, 50, 55 வருடங்கள் ஆகும்.

இச் சர்ப்ப ஜாதிக்குள் பிறக்காமல் பசுவின் ராசியில் ஜனித்து வருகின்ற சர்ப்பம் ஒரு வித முண்டு என்று அறிக. ஆனால் சூரிய வெப்பம் மிகுந்த தேசத்தில் இருக்கின்ற சர்ப்பங்களுக்கு விஷம் அதிகமாக இருக்கும். மேலும் கீழ்க்கண்ட சர்ப்பங்களுக்கு கொடுக்கப்பட்ட ஆயுள் என்று முன்னோர்கள் கூறியுள்ளனர்.

வாசுகிக்கு 800 வருஷங்கள்

அருந்தனுக்கு 1008 வருஷங்கள்

தக்கனுக்கு 500 வருஷங்கள்

சங்கபாலனுக்கு 800 வருஷங்கள்

குளிகனுக்கு 1008 வருஷங்கள்

பதுமனுக்கு 300 வருஷங்கள்

மகாபதுமனுக்கு 500 வருஷங்கள்

கார்க்கோடகனுக்கு 300 வருஷங்கள்

சர்ப்பக் கடியின் அசாத்திய நிறம்

சர்ப்பம் கடித்த இடத்தில் கறுப்பு நிறமாகவும், கனிந்த நாவற்பழ நிறமாகவும் இருந்தால் அவ் விஷம் மிகவும் கொடியது என்று அறிக.

கடி மணத்தின் நிதானம்

சர்ப்பம் கடித்த இடத்தில் முகந்து பார்த்தால் தாழை மலர் வாசனை வீசினால் நல்லபாம்பு என்று அறியவும். புளியம் பூ வாசனை வீசினால் மண்டலிப் பாம்பு என்று அறியவும். சுக்கு, மிளகு இவைகளின் வாசனை வீசினால் சிறிய பாம்பு என்று அறியவும்.

மரண ஸ்தானங்கள்

மனிதனுடைய தலை, நெற்றி, ஆண்குறி, பெண்குறி, புருவ மையம், தாடை, உதடு, நெஞ்சு உள்ளங்கை, மார்பு, ஸ்தனம், அக்குள், குதம், உள்ளங்கால், தொப்புள் ஆகிய இடங்களில் சர்ப்பம் தீண்டினால் மரணம் நிச்சயம். இந்த 14 இடங்களில் ஏதேனும் ஒரு இடத்தில் சர்ப்பம் தீண்டினாலும் மரணம் சம்பவிக்கும் என்று சாஸ்திர நூல் கூறுகின்றன.

திதி பேதமரண நிதானம்

பௌர்ணமி, அமாவாசை, பஞ்சமி, பிரதமை, அஷ்டமி, நவமி இந்த ஆறு திதிகளில் சர்ப்பம் கடித்தாலும், மயானத்தில் சர்ப்பம் கடித்தாலும் பலபேர் கூடும் பொழுது மரத்தடியில் கடித்தாலும், சூரிய உதயத்திலாவது, மாலை மயங்கும் காலத்திலாவது, அசந்து நித்திரை செய்கிற காலத்திலாவது, பாதி இரவிலாவது சர்ப்பம் கடிக்குமாகில் மரணம் ஏற்படும்.

நட்சத்திர பேத நிதானம்

பரணி, கார்த்திகை, ஆயில்யம், விசாகம், பூரம், பூரட்டாதி, பூராடம், சதயம், மகம், திருவோணம், மூலம், சித்திரை, சுவாதி இந்த நட்சத்திரங்களும் இந்த நட்சத்திரத்துடன் பூரண பௌர்ணமி, அமாவாசை கூடின தினமானாலும், தன்னுடைய ஜென்ம நாளானாலும், அப்போது சர்ப்பம் கடிக்குமாகில் அசாத்திய மென்று சில நூல் சொல்லுகின்றன.

சர்ப்பம் கடிப்பதற்குக் காரணம்

தன் பசிக்காகவும், பயந்த காலத்திலும், கோபத்தினாலும், சுபாவ குரூரத்தினாலும், தன்னை மிதித்தாலும், வைராக்கியத்தாலும், சாபத்தினாலும், ஏவலினாலும், தெய்வ கதியினாலும், காலகதியினாலும், கோரைப் பல் விஷம் அதிகரித்தாலும் சர்ப்பம் கடிக்க நேரிடும் என்று அறிக.

சகல விஷங்களுக்கும் நசியம்

தும்பை இலை, உள்ளி, பெருங்காயம், வசம்பு, மிளகு, அவுரி இலை இவைகளை சிறு பிள்ளைகளின் அமுரி விட்டு தட்டி நாசியிலும் காதிலும் விட்டால் விஷம் கீழ் இறங்கும்.

(மேலும்)

முருக்கிலை, வசம்பு, பெருங்காயம், அவுரி இலை, உள்ளி, மிளகு இவைகளைத் தட்டிக் காதிலும், நாசியிலும் நசியமிட சகல விஷம் முறியும்.

(மேலும்)

தைவேளை இலை, வெற்றிலை, கரியுப்பு, சுக்கு, மிளகு, வேலிப் பருத்தி இலை, வசம்பு, வெள்ளுள்ளி இவைகளை ஓர் நிறையாக எடுத்து சிறுநீர் விட்டுத் தட்டி நாசியில் நசியமிட விஷம் உடனேமுறியும்.

****

விசித்திர உயிரினங்கள்

இப் பூவுலகில் இறைவன் 84 லட்சம் ஜீவராசிகளைப் படைத்துள்ளான். ஒவ்வொரு ஜீவராசிகளையும், ஒவ்வொரு விதத்திலும் வித்தியாசமாகப் படைத்துள்ளான். ஒவ்வொரு ஜீவராசிக்கும் அரிய விசித்திரமான பண்புகளையும் கொடுத்துள்ளான். அவற்றில் சிலவற்றை மட்டும் இங்கு கூறுகிறேன்.

- எட்டுக்கால் பூச்சியானது தான் வாழ்வதற்காக தனக்கேற்றவாறு வலையை அமைத்துக் கொள்ளும். தனக்குத் தேவையான உணவுகளை வெளியில் சென்று தேடுவதில்லை. அதன் வலையில் வந்து நிற்கும் ஈ மற்றும் சிறு பூச்சிகள், வலையிலேயே ஒட்டிக் கொள்ளும். அதனால் வெளியேற முடியாது. எட்டுக்கால் பூச்சி அந்த சிறு பூச்சிகளை உட்கொள்ளும். தனக்குத் தேவையான உணவை தான் இருக்கும் இடத்திலேயே பெற்றுக் கொள்ளும் எட்டுக் கால் பூச்சியும் ஒரு விசித்திரமான படைப்பல்லவா?
- அதே போல வண்டு உருட்டி என்ற பூச்சி இனம் ஒன்று உள்ளது. அந்தப் பூச்சியானது மலம் மற்றும் சாணம் எங்கேனும் தூரத்தில் இருந்தால் அதனை சிறு சிறு உருண்டைகளாக உருட்டி தன்னுடைய இருப்பிடத்திற்கே கொண்டு வந்து விடும். இவ்வாறு தனக்குத் தேவையான உணவைத் தேடிக்கொள்ளும்.
- வௌவாலானது, உணவை வாயாலேயே உட்கொள்ளும், வாயாலேயே மலம் கழிக்கும்.
- மயிலானது ஆண், பெண் இரண்டு மயிலும் இணையாமலேயே இனப் பெருக்கம் செய்யும். எவ்வாறெனில் ஆண் மயிலின் கண்ணிலிருந்து உயிரணுக்கள் கீழே விழும். பெண் மயில் அதனை கொத்தி தின்னும். பின் கரு உண்டாகி இனப் பெருக்கம் ஆகும். மயிலானது இவ்வாறு இனப்பெருக்கம் செய்வதாக பல நூல்கள் கூறுகின்றன.
- பாம்பு வகையில் விரியன் பாம்பு 42 வகைகள் உள்ளன. நல்ல பாம்பு போல் சீறும் பாம்புகளும் உள்ளன. மேலும் பல வகையான பாம்பு இனங்களும் உள்ளன. இதில் ஒரு வகையான விரியன் பாம்பு மட்டும், தனக்குத் தேவையான உணவைத் தேடிப் போகும் பொழுது மரத்தில் பறவைகள், அணில் போன்றவற்றை பார்த்து விட்டால் அந்த மரத்திற்கு கீழ் நின்று கொண்டு அந்தப் பறவை, அல்லது அணிலைப் பார்த்து மூச்சை புஸ் என்று ஊதி விடும். அந்த மூச்சை பறவை

சுவாசித்த உடன் மயங்கி கீழே விழுந்து விடும். அதனை பாம்பானது தின்று விடும். இப்படி இந்த பாம்பானது தன் உணவைத் தேடிக் கொள்ளும்.

- குளவி வகையில் செங்குளவி, கருங்குளவி, கொட்டங்குளவி, போன்ற பல வகைகள் உள்ளன. இந்தக் குளவி வகையில் ஒரு வகை குளவியானது பச்சை நிறத்தில் இருக்கும் ஒரு விதமான விட்டியை பிடித்துக் கொண்டு போய் ஆள் நடமாட்டம் இல்லாத இடத்தில் மண்ணைத் தோண்டி அந்த விட்டியின் தலை மேலேயும் உடல் கீழேயும் இருக்குமாறு வைத்து மண்ணைப் போட்டு மூடி விடும். பின் "விஞ்சிவி" என்ற மந்திரத்தை 108 முறை பத்து நாட்கள் வரை தொடாந்து சொல்லி வரும். பத்து நாட்கள் கழித்து அந்த இறந்து போன விட்டியானது. அந்த குளவியைப் போலவே உயிர் உண்டாகி வெளியே பறந்து வரும். அந்தக் குளவியானது தன்னுடைய இனத்தை இவ்வாறு பெருக்கிக் கொள்கிறது. இது கண்கூடாக நேரடியாகவே பார்த்து அறிந்து கொண்ட ஒன்றாகும். இதுவும் ஒரு விசித்திரமல்லவா?
- இன்னுமொரு விசித்திரமான உயிரினம் உள்ளது. நண்டு இனப்பெருக்கம் செய்யும் முறை சற்று வித்தியாசமானது. தன் உயிரை கொடுத்து இனப் பெருக்கம் செய்கின்றன. எப்படியெனில் நண்டு இனப்பெருக்கம் செய்யும் நேரத்தில் அதன் ஓடு உடைந்து குட்டிகள் வெளி வரும்.
- மேலும் அன்றில் பறவை என்பது வானவெளியில் வெகு தூரத்தில் கண்ணுக்கு எட்டாத தொலைவில் பறக்கும் ஒரு பறவை ஆகும். இப் பறவை வானில் பறந்து கொண்டிருக்கும் பொழுதே முட்டையிட்டு விடும். அங்கிருந்து முட்டை பூமியை நோக்கி வரும் பொழுதே முட்டை பொரிந்து குஞ்சு அன்றே பறக்க ஆரம்பித்து விடும். இவ்வாறு முட்டையிட்ட அன்றே குஞ்சும் பொறித்து பறந்து விடுவதால் அந்தப் பறவைக்கு அன்றில் பறவை என்று பெயர் வந்தது என பல நூல்கள் கூறுகின்றன.

மேலும் காது உள்ள உயிரினங்கள் குட்டி போட்டு பால் கொடுக்கும். உதாரணம் வௌவால், எலி, அணில்.

காது இல்லாத உயிரினங்கள் அனைத்தும் முட்டையிட்டு குஞ்சு பொரிக்கும் உதாரணம் கோழி.

ஐந்து விரல்கள் உள்ள அனைத்தும் அடித்து பிடுங்கி மாமிசம் உண்ணும். உதாரணம் சிங்கம், புலி, நாய், பூனை

இரண்டு குழம்புகள் உள்ள அனைத்து உயிரினங்களும் தாவரங்களை உண்ணும். உதாரணம் முயல், குதிரை, ஆடு, மாடு, ஒட்டகம், குதிரை.

குரங்குகள் இயற்கையாக சாவதை யாராலும் பார்க்க முடியாது. ஏனெனில் குரங்கு இனத்திற்கு மற்ற ஜீவராசிகளைப் போல் மரணம் ஏற்படுவதில்லை. மரணம் ஏற்படுவதற்கு மூன்று நாட்களுக்கு முன்பு அரசமரத்தடியில் அமர்ந்து இரு கைகளையும் கூப்பி வணங்கி தியானத்தில் ஆழ்ந்து விடும். மரணம் வரும் நேரம் மரத்தடியில் பூமி பிளந்து குரங்கு உள்ளே சென்று விடும். இதுவும் விசித்திரமல்லவா?

- நடிப்பிலே சிறந்தது மாடுதான்.
  மாட்டின் உடலில் ஈ எந்த பாகத்தில் அமர்கின்றதோ அந்த பாகத்தை மட்டும் நான்கு விரற்கடை சுற்றளவுக்கு சதையை ஆட்டும். உடனே ஈ பறந்து விடும். இது ஒரு அதிசயம் அல்லவா?
- நம் மனிதர்களுக்கு 3½ கோடி ரோமங்களும் ஓட்டைகளும் இருக்கின்றன. அந்த ஓட்டை வழியாக வியர்வை நமக்கு வெளி வருகின்றது. ஆனால் நாய்க்கு உடல்முழுவதும் ரோமங்கள் உள்ளது. நாய் வெகுதூரம் ஓடி வந்தால் அதற்கு வாயில் எச்சில் வடியும். அது எச்சில் அல்ல. நாயின் வியர்வை. ஏன் எனில் நாய்க்கு வியர்வைச் சுரப்பி நாக்கில் உள்ளது.
- அதேபோல் யானைக்கு வியர்வை சுரப்பி கண்களில் உள்ளது. நாம் கோவில்களில் யானையைப் பார்த்தால் அது கண்ணில் நீர் வடிந்து இருக்கும். அது கண்ணீர் அல்ல. யானையின் வியர்வை.

இது போன்ற பல விசித்திரங்களை இன்னும் சொல்லிக் கொண்டே போனால் இந்த ஒரு புத்தகம் போதாது. உங்கள் பார்வைக்கு எனக்குத் தெரிந்ததில் ஒரு சிறிய அளவே இங்கு கொடுத்துள்ளேன்.

****

"நமசிவாய" மந்திரம் எங்கிருந்து தோன்றியது

ஐயா, அஞ்சிலே பிறந்து, அஞ்சிலே வளர்ந்து என்று கூறுகிறார்களே அஞ்சிலே என்றால் பொருள் என்ன. அது எங்கே இருந்து தோன்றியது?

ஆம். நமச்சிவாய மந்திரத்தில் இருந்துதான் அனைத்தும் தோன்றியது. அதுமட்டுமல்ல எண்ணுக்கும் உயிருண்டு. எழுத்துக்கும் உயிருண்டு. அதை திருவள்ளுவர் அழகாக கூறியுள்ளார்.

எண்என்ப ஏனை எழுத்தென்ப இவ்விரண்டும்
கண் என்ப வாழும் உயிர்க்கு"

என்றார்.

இதையே, ஔவையார் ஐந்து வார்த்தையில் முடித்தார்.

"எண்ணும் எழுத்தும் கண் எனத் தகும்"

ஆனால் இந்த எண்ணும் எழுத்திலுமே என்னதான் இருக்கிறது என்று போய்த்தான் பார்ப்போமே?

அஞ்சிலே என்றால் "நமசிவாய" மந்திரம் தான். பெண்ணின் மார்பில் ஐந்து துவாரம் உள்ளது. இந்த ஐந்து துவாரத்தில் இருந்து தோன்றியது தான் நமசிவாய மந்திரம். இந்த நமசிவாய மந்திரத்தை மாற்றி மாற்றி திருப்பி திருப்பி சொல்லக்கூடியதுதான் அனைத்து மந்திரங்களும்.

அது எவ்வாறு என்றால்,

வயநமசி என்னும் பதத்தையும்

நமசிவாய என்னும் பதத்தையும்

சிவயநம என்னும் பதத்தையும்

யநமசிவ என்னும் பதத்தையும்

மசிவயந என்னும் பதத்தையும்

வ 15	ய 12	ந 9	ம 11	சி 4
ந 9	ம 11	சி 4	வ 15	ய 12
சி 4	வ 15	ய 12	ந 9	ம 11
ய 12	ந 9	ம 11	சி 4	வ 15
ம 11	சி 4	வ 15	ய 12	ந 9

இந்த கட்டத்தில் எண்ணும் எழுத்தும் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. குருஉபதேசம் என்று காதுக்குள்ளே சொல்லக்கூடிய மந்திரம் இதுதான். இதைத்தான் உபதேசம் பண்ணுவார்கள். இதில் 9(ந) என்றால் நவக்கிரகங்கள், 12(ய) என்றால் ராசி, 4(சி) என்றால் வாரம், 15(வ) என்றால் திதி, ஆகையால் இந்த எண்ணுக்கும், எழுத்துக்கும் தொடர்பு உள்ளது. இதை 1ம் வகுப்பு வாய்ப்பாட்டில் 'அ' வில் தொடங்கி 'ன' வரை எழுதி 9வது எழுத்தை எண்ணினால் ந வந்து முடியும். 4வது எழுத்தை எண்ணினால் சி என்று வரும். ஆகவேதான் இந்த எழுத்திற்கு சக்தி உள்ளது. இந்தக் கட்டத்திற்குள்தான் அனைத்து சக்திகளும் அடங்கியுள்ளது. எனவே, இந்த சக்கரத்தை ஒன்னரை அங்குலம் அளவுள்ள தகட்டில் எழுதி சரியான முறையில் பூஜை செய்து, 1008 உருயேற்றி தன் உடம்பில் அணிந்து கொண்டால் என் அப்பன் சிவபெருமான் உங்கள் கூடவே இருப்பார். மறைமுகமாக இருந்த ரகசியத்தை நாங்கள் மண்பானையை போட்டு உடைப்பது போல் உடைத்து விட்டோம். இன்னும் இந்த கட்டத்திற்குள் ரகசியம் உள்ளது. நீங்கள் உள்ளே சென்று பாருங்கள்.

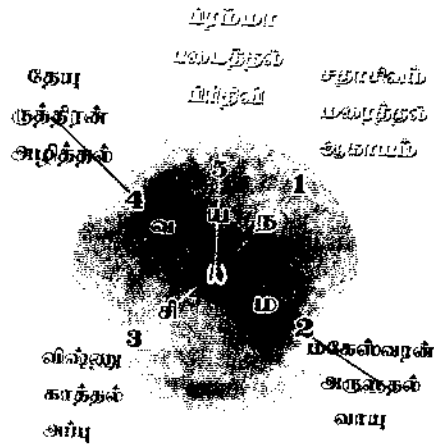
இந்த கட்டத்திற்குள்தான் என் அப்பன் சிவபெருமான் எல்லா சக்திகளையும் உள்ளே வைத்துள்ளான். இது எவ்வாறென்றால் ஒவ்வொரு ஆதாரங்களுக்கும் எத்தனை இதழ்கள் உள்ளது என்று குறித்துள்ளோம். இதில் மொத்தம் 51 இதழ்கள் இருக்கும். ஆகையால்தான் 51 சக்தி பீடங்கள். ஆகவே தான் இந்த கட்டத்தை எந்தப் பக்கத்தில் எண்ணிப் பார்த்தாலும் 51 வரும்.

அந்தந்த பதத்தின் நடுவெழுத்தைப் பிடித்து மாற்ற ஒவ்வொரு எழுத்திற்கும் (25) மாக 125 மந்திரங்களாகும்.

நங், மங், சிங், வங், யங், இந்த நமசிவாய மந்திரத்தை சித்தர்கள் மூச்சுப் பயிற்சி செய்வதற்கும், ரேசகம், பூரகம், கும்பகம் செய்வதற்கும் இந்த மந்திரத்தை முறையாக குறிப்பிட்டு உள்ளார்கள். தம்பனம் எட்டுக்கும் நமசிவாய மந்திரம் பொருந்தும். தம்பனம் என்றால் (கும்பகம்) மூச்சை உள்ளே நிருத்தக்கூடியது. இம் மந்திரத்தை நீங்கள் வாயினால் உச்சரிக்கும் பொழுது காற்று தம்பனமாக நிற்பதை நீங்களே உணரலாம். நாம் எப்பொழுதும் நமசிவாய மந்திரத்தை உச்சரித்துக் கொண்டே இருக்கும் பொழுது சுவாசம் சுழன்று சுழன்று கும்பகமாக

நிற்கும். சில காலங்களில் சித்தி கிடைக்கும். 21600 சுவாசமும் உள்ளேயே தங்கிக் கொள்ளும்.

அமுத கின்னத்தின் ரகசியம்



ஆகையால்தான் மூச்சுப் பயிற்சி செய்யும் பொழுது இம் மந்திரத்தை சொல்ல வேண்டும் என்று சித்தர்கள் கூறியுள்ளார்கள். ஆகவே நமசிவாய மந்திரத்தை காலை 108 முறை, மாலை 108 முறை ஜெபித்தால் ஒரு நாளைக்கு மொத்தம் 1080 மந்திரம் ஆகும். ஆகையால் உலகில் உள்ள அனைத்து மந்திரங்களும் அனைத்து சக்திகளும் நமசிவாய மந்திரத்தில் இருந்தே தோன்றியது. சக்தியிடம் இருந்து தோன்றியதால் இதில் உள்ள அனைத்து மந்திரத்திற்கும் சக்தி உண்டு. நம் நாசியில் அப்பு, தேயு, வாயு, ஆகாயம், பிரிதிவி என்ற ஐந்து சுவாசங்கள் உண்டு. இந்த ஐந்து சுவாசத்திற்கும் பெண் மார்பில் இருக்கும் ஐந்து துவாரத்திற்கும் சம்பந்தம் உண்டு. அது எவ்வாறு என்றால்,

தாய், குழந்தைக்கு பால் கொடுக்கும் பொழுது தாய்க்கு "ஆகாயம் " சுவாசம் ஓடினால் ஐந்து துவாரத்தில் இருந்தும் பால் வரும். ஆனால் "ந" என்ற துவாரத்தில் இருந்து வரும் பாலில் தான் சதாசிவனின் மறைத்தல் சக்தி உண்டு. இத் துவாரத்தில் பால் குடித்து வளரும் குழந்தையானவன் பெரியவனாக வளர்ந்தபின்பு தன் பிள்ளையாக இருந்தாலும் அவனுக்குக்கூட கொடுக்காமல் அனைத்தையும் மறைத்து வைத்தே உண்டு வாழ்பவனாக வருவான்.

அதே போல் தாய்க்கு "வாயு" சுவாசம் ஓடும் பொழுது ஐந்து துவாரத்திலிருந்தும் பால் வரும். ஆனால் "ம" என்ற துவாரத்தில் இருந்து வரும் பாலில் தான் மகேஸ்வரன் அருளுதல் சக்தி உண்டு. இத் துவாரத்தில் பால் குடித்து வளர்ந்தவனுக்கு வாயில் இருந்து வரும் வாக்கு அனைத்தும் பலிதமாகும்.

தாய்க்கு "அப்பு" சுவாசம் ஓடும் பொழுது ஐந்து துவாரத்திலிருந்தும் பால் வரும். ஆனால் "சி" என்ற துவாரத்தில் இருந்து வரும் பாலில் தான் விஷ்ணுவின் காத்தல் சக்தி உண்டு. இத் துவாரத்தில் பால் குடித்து வளர்ந்தவனுக்கு விட்டுக் கொடுக்கும் மனப் பான்மையும், அனைத்தையும் பத்திரமாக வைத்துக் கொள்ளும் தன்மையும் உண்டு.

தாய்க்கு "தேயு" சுவாசம் ஓடும் பொழுது ஐந்து துவாரத்திலிருந்தும் பால் வரும். ஆனால் "வ" என்ற துவாரத்தில் இருந்து வரும் பாலில் தான் ருத்திரனின் அழித்தல் சக்தி உண்டு.இத்துவாரத்தில் பால் குடித்து வளர்ந்தவனுக்கு சூதுவாது, வினயம் போன்ற கெட்ட எண்ணம் கொண்டவனாகவும் மிகப் பெரிய சேட்டைக்காரனாகவும் வருவான்.

தாய்க்கு "பிரிதிவி" சுவாசம் ஓடும் பொழுது ஐந்து துவாரத்திலிருந்தும் பால் வரும். ஆனால் "ய" என்ற துவாரத்தில் இருந்து வரும் பாலில்தான் பிரம்மாவின் படைத்தல் சக்தி உண்டு.இத்துவாரத்தில் பால் குடித்து வளர்ந்தவனுக்கு நன்கு சிந்திக்கும் தன்மை உண்டு. ஒரு வீட்டில் ஐந்து குழந்தைகள் இருந்தால் ஐந்து பேரும் ஐந்து விதமான குணங்களுடன் இருப்பார்கள். இதற்கு மேற்சொன்னமுறையே காரணம் ஆகும்.

"நமசிவ" என்ற நான்கு துவாரத்தில் பால் குடித்து வளர்ந்தவன் அம்மா, அப்பா என்று அழைப்பான். ஆனால் "வ" என்ற துவாரத்தில் பால் குடித்து வளர்ந்தவன் எம்மா, எப்பா என்று எமனையே தேடுவான். இதை நீங்களே கண்டு உணரலாம். இதுவரை உங்கள் செவிக்கு எட்டாத செய்திகளை கூறினேன். இனி நமசிவாய மந்திரத்தில் எத்தனை பிரிவுகள் உள்ளது என்பதை நான் விளக்குகிறேன்.

****

ஆன்மீக சிந்தனைகள் சில

மனத்தூய்மை பெறுவதும், பிறருக்கு உதவி செய்வதும்தான் எல்லா வழிபாட்டின் சாரமாகும்
தாய்தந்தையரிடம் கடவுளைக் காணாதவர்கள் கோயிலில் காண முடியாது
இறைவழிபாடு அல்லது பிராத்தனை என்பது, இறைவருடன் நாம் தொடர்பு கொள்வதற்கான ஒரு சாதனமாகும்
ஒரு மதமும் நாடும் முன்னேற வேண்டுமானால் மூட நம்பிக்கை ஒழிய வேண்டும்
நல்ல எண்ணமோ நல்ல செயலோ என்றும் வீணாவதில்லை
இரக்கமற்ற அறிவை விட அறிவற்ற இரக்கமே மேலானது
இனிய வார்த்தை இரும்புக் கதவையும் திறந்து விடும்
நற்குணங்கள் யாவும் கடவுளை நெருங்க உதவும் சாதனங்களாகும்
வளர்ச்சி அடைவதுதான் வாழ்க்கை, அந்த வளர்ச்சிக்கு அன்பு, நேர்மை, பொறுமை ஆகியன வேண்டும்
வெறுப்பு அரக்க குணம், மன்னிப்பது மனித குணம், மறப்பது தெய்வ குணம்
எப்பொழுதும் கொடுத்து வாழ வேண்டும், ஒருபோதும் கெடுத்து வாழக்கூடாது
பிறக்கு உதவி செய்ய நாம் எப்பொழுதும் தயாராக இருந்தால், நமக்கு உதவி செய்ய இறைவர் காத்திருப்பார்,
கஷ்டத்திலும் நேர்மையாக இரு, நீ ஏமாற்றப் பட்டாலும், பிறரை ஏமாற்றதே
தெய்வ நம்பிக்கை உன்னை கைவிடாது,
ஒருவனை நீ எந்த வார்த்தை சொல்லி திட்டுகிறாயோ, அதே வார்த்தையில் எப்போதாவது ஒருமுறை நீ திட்டப்படுவாய்
பாவம் என்பது நீ செய்யும் தீமை
புண்ணியம் என்பது நீ செய்யும் நன்மை,
முற்பகல் செய்யின் பிற்பகல் விளையும்,
திருச்சிற்றம்பலம்

அறிந்தும் அறியாமலும் செய்யும் வினைகள் நம்மை காக்க உதவும் பாடல்
" கோலமா மங்கை தன்னைக் கொண்டொரு கோல மாய
சீலமேஅறியமாட்டேன் செய்வினை மூடி நின்று
ஞாலமாம் இதனுள் என்னை நைவியா வண்ணம் நல்காய்
ஆலமா நஞ்சம் உண்ட ஆவடு துறையுளானே. "

ஆலகால விடத்தை உண்ட ஆவடுதுறையில் எழுந்தருளியுள்ள பெருமானே, அழகிய பார்வதியைப் பாகமாக கொண்ட அம்மையப்பாய் விளங்கும் தங்களின் அறியாதவன் நான்.

 நான்செய்யும் இருவினையும் என்னைச் சூழ்ந்து, இவ்வுலப் பந்த பாசத்துள் அழுத்தித் துன்பப்படுத்தாத வகையில் எளியேனை காத்தருள் புரியுங்கள். நான் அறிந்தும் அறியாமலும் செய்யும் வினைகள் யாவும் என்னை வந்து தாக்காமலிருக்க உதவி அருள வேண்டுகிறேன்,

தலைக்கு வந்தது, தலைமுடியுடன் போனது புண்ணியம் என்று கிராமங்களில் பேசுவார்கள். இதைப் போல நம் வினை நம்மைத் தொடரும் என்றாலும் தாங்கக் கூடிய அளவினதாக அமையும்,

திருச்சிற்றம்பம்

உன்னையே நீ அறிவாய்

ஆத்மீகர்கள் இறுதிகாலத்தில் எண்ணுகிற எண்ணத்திற்கு ஏற்ப அவனுக்கு அடுத்தபிறவி வாய்க்கிறது. அதனால் பிறவா நிலை எனும் பேரின்ப நிலை எய்த இடைவிடா ஈஸ்வர சிந்தனையுடையவனாக இருப்பதுதான் விசேசம். தாராள குணமும் சரளமான சுபாவமும் ஒருவனுக்கு அவனவன் தவத்தின் பயனாக வந்தவை என்பதை அறியவும், எந்த உணர்ச்சிக்கும் இடம் கொடாது சித்தம் கலங்காது நிலையான திறம் பெற்றவனே உண்மையான ஆன்மீகவாதியாக வாழமுடியும். இவற்றிக்கெல்லாம் வழிவகுக்கும் மனோசக்தியும் தேவரகசியங்களையும் பெறக்கூடியதே தியானம்.

மனிதனாக பிறந்த எவருக்கும் உலக விதிப்படி மூன்று கடமைகள் உண்டு. முதல் கடமை பெற்றோர்கள் நம்மை பிறப்பித்து வளர்த்தனால் அவர்களுக்கு செய்ய வேண்டிய கடமைகள் உண்டு, அவையாதெனில் நற்குலத்து நங்கையை மணந்து தன் வம்சத்திற்கு வளமளிக்கும் மக்களைப் பெற்று பித்ருக்குகளை அளிக்க செய்து,மற்றொன்று உலகமனைத்தும் சிறந்த பண்பாட்டை பரப்பவல்ல திருமறைகளை முனிவர்கள், சித்தர்கள்நமக்கு அறிய பொக்கிசமாக தந்துவிட்டு போனதை அவர்களுக்கு பிரதி உபகாரமாக செய்ய வேண்டிய கடமை அந்த மறைகளை ஓதி எங்கும் பெருண்மைகளை பரவச் செய்து சித்தர்களுக்கு ஆனந்தத்தை விளைவிப்பதன் மூலம் அவர்கள் ஆசியை பெறவேண்டும். மூன்றாவதாக இறைவன் அளித்துள்ள நன்மைகளை உலகுக்கு பயன்படுத்தி உயர்ந்த பொருட்களை தேவர்களுக்கு கொடுப்பதாகிய வேள்விகளை செய்து இறைவனின் அனுக்கிரம் பெறவேண்டியதாகும். மூன்றுகடமைகளுடன் பிறந்த மனிதனுக்கு உத்தமகுணம் மற்றும் சத்துவகுணம் அமைந்தவனாக ஆகிறான். அபூர்வ சத்துவகுணம் கொண்டவன், பொறுமையும், பொறுப்பும் நிதானமும் உடையவனாகவும் இருப்பான். மண்ணுயிரும் தன்னுயிர் போல் பாவிக்கும் உத்தமகுணமுடையவனாய் ஈகை, இரக்கம், தர்மகுணத்தவனாய், அடியார்களிடம்அன்பு செலுத்துபவனாகவும், சாஸ்திர சம்பந்தங்களை கற்றுணர்ந்து அவற்றினை ஆராய்ந்து அதன் பேருண்மைகளை பிறர்க்கு போதிக்கும் குணமுள்ளவனாகவும் சாஸ்திர சம்பந்தங்களுக்கு விரோதமாக நடக்காதவனாய், குருவிடம் பக்தி செலுத்துபவனாகவும், பெரும் நிலை எய்த தவம் போன்ற பரமார்க்கத்தில் ஈடுபாடு உள்ளவனாகவும் இருப்பான்.

இரண்டாவதான ரஜோகுணம் - அதிகார தன்மையும் தான் என்ற மமதையும் எதையும்

சாதித்திட வேண்டும் என்ற பிடிவாதமும், துஸ்டத்தனமான மனிதர்களின் சகவாசமும், தன்னைவிட பலம் குறைந்தவனை தன் அதிகாரத்தால் அதட்டி பணிய வைப்பதும், எந்தநேரமும் பணமே பெரிதெனவும் அதை சம்பாதிப்பதிலேயே காலம் கழிப்பனாகவும், கொடூர செயலையுடைய தெய்வங்களை ஆராதிப்பனும் ஆவான்.

மூன்றாவதாக தமோ குணமுடையவன் - மிருகங்களையும் தன்னைவிட பலம் குறைந்தவர்களை வதைப்பதும், கொலை பாவங்களுக்கு அஞ்சாதவனுமாயும், பொய், களவு, சூது செய்பவனும் மயக்கமுறும் கள், போன்ற போதைப் பொருட்களுக்கு அடிமையாயும், புலால் உண்ணுவனுமாகவும், எதையும் பகுத்தறிந்து செயல்படாதவனாகவும் சோம்பல் உடையவனாகவும் நியாயத்திற்கு புறம்பானவனாகவும் பூத பிசாசு கணங்களை பூசிப்பதும் எப்போதும் கெடுதலே செய்து வனதேவதைகளை வணங்குவனாகவும், நிதானமின்றி நடப்பவனாகவும் இயற்கை விதிகளுக்கு புறம்பாக நடப்பவனுமாக இருப்பான்.

எனவே நற்குணமுடைய பெரியோர்களுடன் கூட்டு கொள்ள வேண்டும் என்று ஆதிசங்கரர் கூறுகிறார், சாத்மீக குணமும் தெய்வீக பண்பும் பெரியவர்கள் கூட்டுறவும் பெற்றால் அவர்களது அன்பும், பரிவும் நம்மை உத்தம குணங்களை உண்டாக்கி இறையருள் பெறச்செய்யும், பெரியவர்களின் கூட்டு சேர்ப்பதால் குரு அருள் பெறமுடியும், குருவின் அருளின்றி ஞான நெறிகளையும் தெய்வ சக்திகளையும் பெறமுடியாது. எல்லாவற்றிக்கும் ஒளி விளக்காய் திகழும் குருவின் பாதாசாரங்களை சரணடைந்தால் புரியாத விசயங்களையும் புரிகின்றபடி வழிகாட்டுவார்.

தானம் - மானம் குலம் திருவாய்த்தாலும்
தானே வருமோ முக்தி குருவின்றி ஏது முக்தி ?

குருவின் அருள் கிடைத்தால் எல்லா பாவங்களும் கதிரவனைக்கண்ட பனிபோல் விலகும். குருவானவர் எப்படிப்பட்டவராக இருக்க வேண்டும என்ற விதிப்படி, காமகுரோதாதி, துர்குணங்களற்றவாய், வேதாந்த, சித்தாந்தங்களை சாஸ்திரப்பியாசம் செய்து அதன் உண்மைப் பொருளை உணர்ந்தவராய், பனிரெண்டு வருடம் பிரம்ம நிஸ்டை செய்து பிரம்ம சொரூபமாகவே விளங்குபவராக உள்ளவர்எவரோ அவரே சத்குருவாகும். குருமார்கள் எண் வகையானவர்கள் எனவே அவர்களை அஸ்ட குருமார்கள் என்பார்கள்.

போத குரு ; சாஸ்திரங்களை போதிப்பவர்
வேதகுரு : தத்துவார்த்தைகளை கூறுபவர்
நிசித்த குரு: வசிகம் போன்ற வித்தைகளை போதிப்பவர்
காமியக்குரு : இம்மை, மறுமை இன்பத்தை போதிப்பவர்
சூசக குரு : நித்யம்,அநித்தியம் எனும் விவேகத்தை போதிப்பவர்
வாசக குரு: ஆன்மாவில் விருப்பம் உண்டாக செய்பவர்
காரணகுரு: ஜீவப்பிரம்ம ஐக்கியத்தை ஞான உபதேசம் செய்பவர்
விகிதகுரு : சீடர்தம் ஐயம் நீக்குவது நித்தியமாயுள்ள மோட்சம் அடைய அருள் செய்பவர்

இவ்வாறு ஒவ்வொரு குருவிடம் ஒவ்வொரு சக்தியும் சித்தியும் இருக்கும். அந்த சித்திகளைநாம் அவர்களிடமிருந்து கற்றுக் கொள்ள வேண்டும் , இதற்கு பணிவும் குருபக்தியும் இருந்தால்தான் முடியும்

ஒரே மனத்துடன் இடைவிடாது, யோகத்தை பயிலவேண்டும். தியானம் உடல் வலிமைக்கும் மன அமைதிக்கும் தியானம் உதவுகிறது. தியானத்தினால் யோகம் அறிய தகுந்தது, யோகத்தின் சாதனையே வாயுவை கட்டுப்படுத்துவதுதான், இந்த வாயு நாசமடைந்தால் பிணமாகிறது, உயிரற்ற உடலால் செயலாவத யாதொன்றும் இல்லை. ஜீவனிருக்கும் உடல்தான் எல்லா இயக்கங்களையும் செய்ய முடியும். இந்த ஜீவனான பிராணனை தன் வசத்தில் கட்டுப்படுத்தி தன் வழியே செயல்பட வைத்தது, நம் சித்த கணங்களை சாதனைகளால் சாதித்து அற்புதமான சக்தியினை உணர்த்தி மகிமையைக் காட்டியவர்கள் நம் சித்த பெருமக்கள். பஞ்ச பூத சக்தி தத்துவத்தை அறிந்து அவர்கள் தன் உடலே பஞ்ச பூத சக்தியினால் இயக்கப்படுகிறது என்பதை உணர்ந்து அதை தன் வயப்படுத்தி, தானே தனக்கு ஒரு முடிவை ஏற்படுத்த சக்தியுடையவனாயிருந்தார்கள் சித்தர்கள். இறந்த உடலில் ஜீவன் விலகி விட்டபின் அந்த உடல் எந்த விதமான செயலையும் செய்யாது ஜடமாகிவிடுகிறது. உடலில் ஜீவன் உள்ளளவும் அவன் செயற்கரிய செயலகளை செய்தான், உலகம் போற்றும் விஞ்ஞானத்தையும்,மருத்துவத்தையும் கண்டறிந்தான். ஜீவன் பிரிந்த பின் கீழே ஜடமாக கிடக்கிறான், இதை அறிந்த அவன் அறிவு இது எப்படி நிகழ்கிறது தூங்கும் போது கூட ஒடிக்கொண்டிருக்கும் மூச்சு இறந்த பின்னர் அதனுள் இயங்குவது இல்லை. என்று சிந்திக்கின்றான். அந்த ஆராயும் உள்ளமே, ஆத்ம விசாரம் என்பதாகும், இந்த உடலில் மூச்சு (ப்ராணன்) உள்ளளவும்இயக்கம் இயங்குகிறது. வேலைப் பழு அதிகமாகும் போது கூடுதலான மூச்சும் ஓய்வின்போது குறைவான மூச்சும் நடைபெறுகிறது. ஒவ்வொரு நாளும் மூச்சைக் குறைத்து தன்வசப்படுத்துகிறான், அப்படி தன் வயப்படுத்தியவன் தான் அற்புதங்களையும் நிகழ்த்தும் சித்தனாம்.

"உருத்தரித்த நாடியில் ஒடுங்குகின்ற வாயுவை
கருத்தினால் இருத்தியே கபாலம் ஏற்றவல்லிரேல்
விருத்தரும் பால ராவர் மேனியும் சிவந்திடும்
அருட்டரித்த நாதர் பாதம் அம்மை பாதம் உண்மையே. சிவவாக்கியர்

யமம், நியமம், நேம நிஸ்டங்களை அனுசரித்து சாதனை புரிந்து வாயுவை பிரம்ம மந்திரத்தில் ஏற்றுவது சாத்தியமாகும்போது அபூர்வ சக்திகடளை பெறும் நிலை உண்டாகிறது,

குருதீட்சை :

ஈசன் கொடாததை குரு கொடுப்பார் என்பது வாக்கு. குருவே சகல கல்வி வித்தைகளுக்கும் என்றும் குறையாத நிதி , பாவப் பிணியைப் போக்கும் பரம பருசனான வைத்தியர், சகலத்திற்கும் ஆச்சாரியார் இவரே சுவாமிநாதன், குரு பிரம்மா குருவிஷ்ணு, குருதேவே மகேஷ்வரன் , இத்தகைய குரு நமக்கு கிடைக்க வேண்டும், குரு தன் சிடனுக்கு பலவிதமான தீட்சயைகள் மூலம் அனுகிரகம் செய்விப்பார்,.

குரு சீடனை ஞானக்கண்ணால் ஸ்பரிசிப்பது நயன தீட்சை,
விரல்களால் தொட்டு ஸ்பரிசிப்பது ஸ்பரிச தீட்சை
உள்மனதால் நேசிப்பது மானஸ தீட்சை
மந்திர உபதேசம் செய்து கொடுப்பது வாசக தீட்சை
யோக மார்க்கத்தால் சிடனின் இதயத்தில் பிரவேசிப்பது யோக தீட்சை

ஹோமம் செய்து அக்கினியால் தீட்சை கொடுப்பது அவந்திரி தீட்சை
மனத்தால் மானசீகமாக சங்கல்பம் செய்து உபதேசிப்பது ஞான தீட்சை
குண்டலினி சக்தியை கிளப்பும் தந்திரங்களை போதிப்பது கிரியா தீட்சை
வேத ஆகமங்கள் பயிற்றுவித்து அனுகிரகம் செய்வது சபீசா தீட்சை
தன் பாதத்தை தலையில் வைத்து உபதேசிப்பது திருவடி தீட்சை
உலக ஜீவர்கள் உய்யும் பொருட்டு மனத்திற்கும் வாக்கிற்கும் அப்பாற்பட்ட ஆண்டவனாக காட்சியளிக்கிறார், மனம் வடிவமில்லாத ஒன்றை பற்றாது, கொடி எப்படி கொம்பை பற்றி படர்வதைப்போல் மனம் நாம ருப நாட்டமுடையது.நாம் இறைவனைப் போய் அடையலாம் என்று என்ன தவமிருந்தாலும் முடியாது, ஆனால் அவனே கருணை மிகுதியால் நம்மிடம் ஓடோடி வளந்து ஆட்கொள்ளுவான். யோகத்தின் முடிவே ஞானம், யோகம் பல படித்தரங்களை கொண்டது, அவை குருவின் மூலம்அறிந்த சாதனை புரிய வேண்டும். பதஞ்சலி முனிவரின் அஷ்டாங்க யோகத்தில் இவை விரிவாக உள்ளது, அவை யமம்,நியமம், ஆசனம்,பிராணயாமம், பிரத்தியாகாரம், தாரணை, தியானம், சமாதி என்ற விதிகளின்படி கையாண்டு மனிதனாக பிறந்த நமக்கு மனம் வாக்கு, காயம் முதலியனவாற்றில் மாசு படிந்துள்ளது, இந்த மாசு நீங்கினால் தான் மேன்மை அடைய முடியும் பூமியிலிருந்து தங்கம் வெட்டி எடுத்து அக்கினியிட்டு தூயதாக்குவதுபோல் நம் எண்ணங்களிலும் அக்கினி என்ற நெருப்பை எழுப்பி அதை யமம், நியமம், என்ற கிராமப்படி எரித்து அந்த மாசுக்களை அக்ற்ற வேண்டும், இதனை அவ்வை :
பிறந்தலொன்றின்றிப் பிறவாமை வேண்டி
அறுத்துருவ மாற்றியிரு. என்கிறார்,
பிறப்பை கொடுக்கும் விரோதமான எண்ணங்களையும் செயலையும் அதன் மூல காரணங்களையும் அடியோடு அழித்து விடு என்கிறார், அவ்வாறு செய்வதின் மூலம் பிறவியை கொடுக்கும் பாவத்தை செய்யாமல் ஒழித்து விடலாம்.இந்த சரீரத்தில் ஆத்மா உள்ளது, அதுவே தாழ்வை அடைந்து பிறக்கிருதியின் குணங்களால் மூடப்பட்டிருக்கிறது, அப்படிமூடப் பட்டிருப்பதால் தனக்குள்ளே இருக்கும் ஆன்மாவை காண்பது அரியதாகிறது, அவ்வாத்மா இது என்னுடையது என்று எண்ணிக்கொணட, தான் செய்த கருமங்களின் பயனில் கட்டுண்டு தாழ்மை அடைந்து தன்னைத் தானே விடுவித்துக் கொள்ளத் தெரியாமல் சுற்றி சுற்றி வருகின்றது, பற்றற்றான் பற்றிய இறைவனை பற்றினால்தான் ஆத்ம ஞானம் அடையமுடியும், எல்லாக் காலங்களிலும் சாத்மீக உணவாகவே உண்ணப் பழகிக்கொள்ள வேண்டும்,
ஒருவேளை உண்பவன் யோகி
இருவேளை உண்பவன் போகி
மூன்றுவேளை உண்பவன் ரோகி
என்பார்கள், எல்லாவற்றிக்கும் ஒரே சீராக உடலை வைத்திருப்பதற்கும் தியானத்தில் சாதனை புரிவதற்கும் கட்டுப்பாடு அவசியம், மனிதன் மூன்றின் சேர்க்கையால் உண்டானவன், மனம், ஆத்மா, தேகம் ஆகியவற்றால் உண்டானவன், ஆத்மாவை தவிர மற்ற இரண்டும் நோய்களுக்கு காரணமாகின்றன. தேகத்திற்கு வரும் வியாதிகளால் உடல் பாதிக்கப்படுகிறது, எனவே அதை நவீன விஞ்ஞானமும் நிருபித்துள்ளது. உடல் உபாதைகளுக்கு காரணமாயிருக்கின்ற புற இச்சைகளை அகற்ற வேண்டும், மனிதனுக்கு

நான்கு நிலைகளுடைய மனம் உண்டு, புறமனம், நடுமனம், அடிமனம் செயலற்றிருக்கும் மனம் என்பன. புறமனம் சிற்றின்பத்தை விருத்தியுடையது,மனஒடுங்கி ஆன்மாவில் லயித்திருப்பது, நடுமனம், விருத்தி, மனம் ஆத்மாமவில் லயமாவது யோகம், இது அடிமனம், நான்காவது மனம் பிரம்ம நிஷ்டையிருப்பது, எனவே மனத்தை அடக்கி ஆன்மாவில் லயத்திருக்க உடலுடன் மனத்தையும் சீர்செய்யவேண்டும், அப்போதுதான் உன் உள்ளே இருக்கும் ஆன்மாவை நாம் காண இயலும்.
திருச்சிற்றம்பலம்

ஆசை

ஆசைகள் அற்ற இடத்தில் குற்றகள் அற்றுப் போகின்றன. குற்றங்களும் பாவங்களும் அற்றுப் போய் விட்டால், அனுபவங்கள் இல்லாமற் போய் விடுகின்றன. அனுபவங்கள் இல்லையென்றால் நன்மை தீமைகளை காண இயலாது. ஆகவே தவறுகள் மூலமே மனிதன் உண்மையை உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். இறைவன் ஆசையை தூண்டி விடுகின்றான், ஆசை நம்மை ஆட்டிப் படைப்பது நம் மனமே . உருவமற்ற இந்த மனம் பெரிய உருவம் படைத்த நம்மை எப்படி யெல்லாம் ஆட்டி படைக்கிறது, என்று யோசித்துப் பாருங்கள். மனத்துடன் நடத்தும போராட்டம் என்றும் ஒய்வதில்லை. விழிப்பு நிலையிலும், உறங்கும் நிலையிலும் கூட மனத்தின் போராட்டம் நம்மை விட்டு ஒருபோதும் நீங்குவதில்லை. எனவே,
அனைத்து சாஸ்தரங்களும் வேதங்களும் மனதை அடக்கும் வழிமுறைகளை நமக்கு எடுத்துக் காட்டுகின்றன. மனதை அடக்கும் நிலையை ஆண்டவனிடம் தான் கேட்டு பெற வேண்டும்.
உடலுக்கு கிடைக்கும் இன்பத்தை எவ்வாறு அனுபவித்தாலும், ஒருவனுக்கு நிரந்தர திருப்தி கிடைக்கப் போவதில்லை. இருந்தாலும், மனம் இந்த ஆசையை விட்டுவிட இடம் தருவதில்லை.
காய்ந்த எலும்புத்துண்டை கடித்த நாய் தன் வாயிலிருந்து வந்த ரத்தத்தை எலும்பிலிருந்து வருவதாக எண்ணி மேலும் அழுத்தமாக கடித்து துன்பபடுவது போல, மனிதனும் ஆசைகளை பெருக்கி கொண்டு துன்பத்தை அனுபவிக்கிறான்.
பாலைவனத்தில் காணப்பெறும் கானல் நீர் போன்றே இல்லாத - கிடைக்காத ஒன்றுக்கு ஆைச்பட்டு துன்பம் கொள்கின்றனர் மனிதர்கள்.
வாழ்வில் கிடைக்கும் இன்பங்கள் யாவும் நம்மை ஏற்றமடையக்கூடியதே, அவை நிரந்தரமனவை அல்ல.
நம் மனித வாழ்வே அற்பமானது அந்த வாழ்வு சுகப்பட ஆண்டவனே ஆசையை தூண்டிவிடுகின்றான், ஏனெனில் இந்த அற்ப காலத்தில் கர்ம வினைகள் மூலம் பிறப்பற்ற வாழ்வை தூண்டவே ஆசை, பாசங்களிலிருந்து விடுபட்டு பற்றற்ற வாழ்வு பெறவே இவ்வாறு செய்கிறான்,
மண்ணாசை வளர்ந்தால் கொலையில் விழுகிறது.

பொன்னாசை வளர்ந்தால் களவு நடக்கிறது
பெண்ணாசை வளர்ந்தால் பாபம் நிகழ்கிறது
மூன்று ஆசைகளையும் அற்றவர் மனிதர்களில் மிகமிக சிலரே ஆவர், ஆகவேதான் பற்றற்ற வாழ்வை இந்துமதம் போதிக்கிறது. அதற்காக முற்றும் துறந்து சந்நியாசி ஆவதல்ல,
இருப்பது போதும் வருவது வரட்டும் போவது போகட்டும்
மிஞ்சுவது மிஞ்சட்டும் என்று ஆசை என்ற சபலங்களுக்கு ஆட்பாடதிருத்தல், பற்றற்ற வாழ்க்கை பரம் பொருள் மீது ஆசை வைத்தால் நிலையற்ற பொருள்களின் மீது ஆசை வராது. ஆண்டவன் மீது பாரத்தை சுமத்தி வருவது வரட்டும் என்பவனே பற்றற்ற நிலைக்கு ஆரம்பம் , இறைவன் மீது ஆசை மிகமிக பற்றற்ற வாழ்வு தானகவே உண்டாகும், இதுவே இந்து மதம் கூறும் வேத சாஸ்திரம்.
திருச்சிற்றம்பலம்

மெய் அறிவே பேரின்பம்

மனிதனாக பிறந்த எவனுக்கும் வினை விடாது பற்றும், அந்த வினைப்பயனை, துயரங்களை பிறவி யெடுக்க வைக்கும் வினை இந்த ஸ்தூல சரீரத்தினால் சாதனை புரிந்தால், சுட்சும சரீரத்தில் , பிறவி மறுபடியும் பிறக்காது செய்து விடும். சிந்திக்கும் ஆற்றல் வாய்ந்தவன் மனிதன், அப்படி சிந்திக்கத் தெரிந்த மனிதனின் சிந்தனை முழுவதும் செயலாவதில்லை. கோடிக்கணக்கான மக்களுள் சிலரது சிந்தனை வளம்தான் செயலாகிறது,அத்தகைய செயற்கரிய செயல்கள் புரிந்தவர்கள்தான் ஞானியர்களும் சித்தர்களும்.
இப்பிரபஞ்ச இயக்கத்தில் சிறந்தது வாயு ஆகும். இந்த வாயு நின்று விட்டால் உலக இயக்கமும் உயிர் வாழும் சீவராசிகளும் தாவர ஜங்கமங்களும் அழிந்து விடும். ஓடும் மனம் ஒடுங்கிவிட்டால் உள்ளம் அமுத கடலாகும். ஒடுங்குவது எங்ஙனம்? அலைபாயும் மனதை அலைய விடாது ஒருநிலைப்படுத்தும் சாதனை யோகமாகும். இதுவே நம்முள் தெய்வீகத் தன்மையை ஏற்படுத்தும்.
மனிதன் மண்ணாசை, பெண்ணாசை, பொன்னாைசை ஆகிய மூன்று ஆசைகள் மீது பற்றுக் கொண்டவன். இந்த ஆசையே அவன் உணர்ந்த தெய்வீக அடைய தடையாகும், மண்ணாசை வளர்ந்தால் கொலையில் விழுகிறது. பொன்னாசை வளர்ந்தால் களவில் முடிகிறது, பெண்ணாசை வளர்ந்தால் பாபம் நிகழ்கிறது, மூன்று ஆசைகளையும் அற்றவர்கள் மனிதர்களில் குறைவே ஆகும், ஆகவேதான் பற்றற்ற வாழ்க்கையை இந்து மதம் போதிக்கின்றது.ஆசையில் பற்று இல்லாதவனுக்கு மறுபிறவி இல்லை. அவன்தான் பிறவி பெருங்கடலை தாண்ட முடியும். எனவேதான் அருணகிரி நாதர் திருப்புகழில் மாவேழ் சன்னங்கெட மாயைவிடா மூவேவடனை " என்று பாடுகிறார், எனவே பிறந்து இந்த உலகில் வாழ்வதற்கு ஆசையே காரணமாகும்.

செல்வம் நிலையான காரணமாக துக்கத்தையே தருகின்றன. எனவே எதிலும் அளவுடன் சம்பாதித்து, அளவுடன் வாழக் கற்றுக் கொள்ளவேண்டும். நேர்மை, ஒழுக்கம், தெய்வ வழிபாடு, பெருந்தன்மை உயிர்களிடம்இரக்கம், போன்ற உத்தம குணங்களுடன் வாழ்பவனுக்கு துன்பம் ஏது? ஒழுக்கத்திலும், அறிவிலும், அன்பிலும் உயர்ந்த பெரியோர்கள் நட்பைப் பெறுவதும், செல்வம் வந்தபோது ெசெருக்கு அடையாமல் தெய்வ திருவருள் பெற்ற மெய் அன்பர்கள் நூல்களை ஆராய்ந்து அதன்படி நடப்பதும், மற்றவர்குளுக்கும் போதிப்பதும், தான் பெற்ற இன்பத்தை மற்றவர்களுக்கும் அளித்து பேரின்ப நலையை அடைய வேண்டும். உத்தம குணத்தவனாய் இருக்க வேண்டும். வீணாக வேண்டாத கேள்விகளை கேட்டு தெய்வத்தை பற்றி எதுவும் புரியாதவர்கள், விதண்டாவாதம் செய்து தானும் குழம்பி, நம்மையும் குழப்பிவிடும் மனிதர்களிடம் பழகாது இருக்க கற்றுக் கொள்ளவேண்டும். எல்லா சீவன்களிடத்தும் அன்பு காட்ட வேண்டும், சீவனிடம் கருனை வந்தால் ஈஸ்வரனிடம் பற்று உண்டாகும், ஈஸ்வரப் பற்றால் ஆசாபாசங்கள் தோசங்கள் அகன்று விடும். ஆசை முதலிய தோசங்கள் அகன்று விட்டால் நிராசை என்ற நிலைபெறும், சீவாத்மாவினை அறியும் தன்மை உண்டாகும். அறிவு வடிவமான பேரின்ப நிலையை அடைந்து துன்பம் ஒழிந்து இன்பம் பெறலாம். அருள் கடாட்சம் பெற்று பேரின்ப ம் அளித்து பேதமற்ற சொரூபமாமனந்தத்தில் அமருவர் என்பது விதியாகும்.

மனிதனுக்கு உயர்ந்த நிலை எய்த பல அறிவான வழிகள் உண்டு. அவை இசையறிவு, இயலறிவு, சுயஅறிவு, ஐயஅறிவு, உடலறிவு, உயிரறிவு, உலகறிவு முதலியன. இவற்றில் மேன்மையான மெய்அறிவை அறிபவனே அழியாத சீவமுத்தியைஅடைகின்றான். அந்த பேரின்ப பெரிய நிலை அடையவது எப்படி? என்று பக்தி மார்க்கத்தில்வாழ்நது முக்தியடைந்த நாயன்மார்கள் சித்தர்கள், ஆழ்வார்கள் வாழ்ந்து காட்டி நமக்கு வழிகாட்டி சென்றுள்ளார்கள். அந்த பக்தி மார்க்கமே முதல்படியாகும், மேன்மையடைய விரும்பும் மனிதனுக்கு சத்ஸங்கம் தேவார இசைப்பாடல்கள், பசனை போன்ற இறை வழிகளே முக்திக்கு வழி வகுக்கின்றன. பக்தியின்று முக்திக்கு வழிவகுக்காது.

பரமார்த்திக்க மார்க்கத்தை கடைபிடித்து, பிறருக்கு போதித்து முக்தி அடைந்த சைவ சமய குரவர்கள் அப்பர், சம்பந்தர், சுந்தரர், மாணிக்கவாசகர் ஆவர்கள், இவர்களின் தேவார பண்ணிசையகளையும் பக்த சேவைகளையும் செய்து மேன்மையடைய வழிகோள வேண்டும். இறைவனுடைய அரிய, பெரிய திருவிளையாடல்களையும்,அடியார்களை ஆட்கொண்ட கதைகளையும் கூறி நம்மை பரவசப்படுத்தி அவ்வழி நடக்க வழிகோழியுள்ளார்கள். அவ்வழியே நடந்தவர்களுக்கு இறைவனே குருபகவானாக வந்து உபதேசித்தார்கள் என்பது உண்மை. இதுபோன்ற அதிசயங்கள் அனேகம் உண்டு. இறைவனின் கருணையால் பிறப்பது அருள், அன்பின்றி அருள் சுரக்காது. அருளினால் இம்மை மறுமை என்ற இரு பயனும் அடையலாம், ஞானம்பெற்ற மகான்கள் தமக்குரிய நாள் வரும் வரை நம்மோடு நடமாடி நல்ல வழிகாட்டியாக இருந்து பிறவிப் பயனை பெற வழி வகுப்பார்கள். அவர்களை இனம் கண்டு தரிசித்து அவர்களின் அன்பையும் ஆசியையும்இறையருளையும் பெற்றுய்வோம்.

திருச்சிற்றம்பலம்

இந்து சமய சம்பிராதயங்கள் 1

இந்து சமய சம்பிராதயங்களில் பெண்கள் கவனிக்க வேண்டிய சில சாஸ்திர சம்பிரதாயங்களாக வழிமுறைகளை வகுத்துள்ளனர், இந்த சம்பிரதாயங்கள் யாவும் இன்றளவும் சில சைவ சமய வகுப்பினர்கள் கட்டாயம் இன்றளவும கையாண்டு கடைபிடித்து வருவதை நாம் காணலாம், இருப்பினும் இன்னும் இலைமறை காய்மறையாக உள்ள சிலவற்றை மங்கையர்கள் கவனத்திற்கு கொண்டு செல்லவேண்டியது அவசியப்படுகிறது,

1) பெண்கள் கணவன் தூங்கிய பின்பு தூங்கி கணவன் விழிப்பதற்கு முன்பு எழுந்துவிட வேண்டும்.

2, சூரிய உதயத்துக்கு முன்பு எழுந்து முற்றத்தில் பெருக்கி பசுஞ் சாணந் தெளித்து கோலமிட வேண்டும்.

3, கோலமிடுவதற்கு மஞ்சள் கலந்த அரிசிமாவு, பச்சிலைப் பொடி, குங்குமம் கலந்த அரிசி மாவு இவற்றால் கோலமிட வேண்டும்,

4, சுபகாரியங்களுக்கு ஒரு கோடும், அசுப காரியங்களுக்கு இரண்டு கோடும் போட்டு கோலம் போடக்கூடாது.

5, பூஜை அறை, சமையறை, சாப்பிடுமிடத்தை நாள்தோறும் கழுவுதல் வேண்டும்

6, அமாவாசை, பௌர்ணமி, கார்த்திகை, மாதப்பிறப்பு வெள்ளிக்கிழமை, பிற விசேச தினங்களில் வீடு முழுவதும் கழுவ வேண்டும்,

7. மண் பாண்டங்களை குளிக்கும் முன்பு தொடக்கூடாது.

8. தாமிரப் பாத்திரங்களை புளியினாலும், வெங்கலம் பித்தளை பாத்திரங்களை சாம்பலாலும் ஈயப் பாத்திரங்களை சாணத்தாலும், எவர் சில்வர் பீங்கான் பாத்திரத்தை அரப்பு பொடியினாலும் சுத்தப்படுத்தவேண்டும்,

9. குளித்த பின்பு தான் குடிநீர் எடுக்க வேண்டும்

10. தண்ணீர் குடத்தை இடுப்பில் வைத்துக் கொண்டு வர வேண்டும் தோளிலும், தலையிலும் சுமக்கக் கூடாது.

11. சூரிய அஸ்தமன சமயங்களில் மாலை நேரங்களில் கைகால் கழுவி கட்டாயம் விளக்கேற்றி வைக்க வேண்டும்

12. உரல் ,அம்மி, முறம், வாசற்படி உலக்கை இவற்றின் மீது உட்காரக் கூடாது.

13, வீட்டுவிலக்கான முதல் 3 நாட்கள் வீட்டு வேலை ஒன்றும் செய்யக்கூடாது. 5வது நாளில் கணவனை வணங்கி விட்டு வீட்டுப் பணிகளில் ஈடுபடலாம், அன்று கணவனோடு சேர்வது சிறப்பு.

14. விருந்து மற்றும் விசேச நாட்கிளில் வாழையில் உணவு படைத்து பரிமாருதல் மிக சிறப்பு

15. வாழையிலையில் அடியில் சிறிது அரிந்துரிட்டு (தடிமனான தண்டு) கழுவி விட்டு இலையை போட வேண்டும், சாப்பிடுவர்களின் வலதுபக்கம் இலையின் அடிப்பாகமும், இடக்பக்கம் இலையின் நுனிப்பாகம் இருக்கும்படி போட வேண்டும்.

16, எதையும் கையால் படைக்கக் கூடாது.

17, சாதம், கறி, முதலியவற்றை மண்பாண்டத்தில்வைத்தோ, அல்லது அடுப்பில் வைத்த பாத்திரத்தை வைத்தோ படைத்தல் கூடாது.
18. வீட்டுக்கு வந்த புது மறுமகளையும், நோயாளிகள், கர்ப்பிணி பெண்கள், குழந்தைகள், வயதானவர்கள் இவர்களை முதலில் சாப்பிட சொல்ல வேண்டும்
19. சாப்பிடும் போது நீர் குடிக்கக் கூடாது. உண்ட பின் தான் குடிக்க வேண்டும்.
20. உணவு அருந்திய பின் குளிக்க கூடாது, மிகவும் தேவைப்பட்டால் 5 நாழிகை (2மணி) கழித்து குளிக்கலாம்
21,ஒருவர் தலையில் முடிந்த பூவைத் தன்தலையில் வைக்கக் கூடாது.
22. தலையில் சூடிய மலரை தானே எடுத்தெரியக் கூடாது
23. கணவரோடு இருக்கும் பெண்கள் தனியாக தாங்கள் மட்டும்விரதம் இருக்கக் கூடாது, கணவரோடு சேர்ந்தே விரதம் இருக்க வேண்டும்.
24. தர்ம சிந்தனை, ஆன்மீக ஆர்வம், தவம், வாய்மை, மன்னித்தல், கருணை, பிறர் பொருளை விரும்பாமை, இக்குணங்கள் பெண்கள் பெரிதும் பின்பற்ற வேண்டிய குணங்கள்.
25. தீபம் ஏற்றுதல்:
காலையில் உதய காலத்திலும், மாலையில் சூரிய அஸ்தமனதுக்கு முன்பும் வீட்டில் விளக்கேற்ற வேண்டும்
விளக்கின் திரி 2 திரியினை இணைத்து ஏற்றுவது உத்தமம், தீபத்தை கிழக்கு முகமாக இருக்கும் படி வைத்து தீபமிடேண்டும். எக்காரணம் கொண்டும் தெற்கு பார்த்து தீபம் ஏற்றக்கூடாது. தீபம் ஏற்றுபவர் எப்போதும் கிழக்கு நோக்கியே இருக்க வேண்டும்.
தீபத்திரிகள் வகைகளும் குணங்களும்
பஞ்சுத்திரி - மங்களம்
வாழைத்தண்டு திரி - புத்திர பாக்கியம்
பட்டு நூல்திரி - எல்லாவித சுபங்களும்
தாமரை நூல் திரி - லட்சுமி கடாட்சம்
எண்ணெய் வகைகள்
நல்லெண்ணை - யமபயம் அகலும்
தேங்காய் , இலுப்பை எண்ணெய் - தேக ஆரோக்கியம்,செல்வம் தரும்
நெய் தீபம் - சகல சௌபாக்கியம்
விளக்கு வகை:
வெங்கல விளக்கு - பாவம் தீரும்
அகல் விளக்கு - சக்தி தரும்
குத்து விளக்கு - சகல சௌபாக்கியம்
தீபம் ஏற்றிவிட்டு மூன்று சக்திகள் மற்றும் குலதெய்வங்களை மனதில் தியானித்து நமஸ்காரம் செய்ய வேண்டும்.
தீபத்தை வாயால் ஊதி அணைக்காமல் , ஒரு பூவின் காம்பால் அணைக்க வேண்டும்.
சுப மங்கலம்
திருச்சிற்றம்பலம்

நம் உடலே ஆலயம்

" உள்ளம் பெருங்கோயில் ஊன் உடம் பாலயம்
வள்ளல் பிரானார்க்கு வாய்கோ புரவாசல்
தெள்ளத் தெளிந்தோர்க்கச் சீவன் சிவலிங்கம்
கள்ளப் புலன் ஐந்தும் கான மணிவிளக்கே. " திருமூலர் திருமந்திரம்,
ஆலய அமைப்பு ஆண்டவன் இருப்பு யாவும் நம்உடலிலேயே உள என்பது இம்மந்திரக் கருத்து. இறைவன் ஆன்மாக்களின் பக்குவம் அறிந்து தேவைகளை கொடுத்து உதவுவதால் வள்ளல் எனப்பட்டான். களை என்னும் சொல்லுக்கு அழகு எனபது பொருள் அச்சொல் காள என ஈண்டு திரிந்தது, நமது மனமே கோவில் அக் கோவிலின் மூலட்டானம் தசையால் ஆன உடம்பு , இறைவருக்கு வாயே கோபுர வாசல், நன்கு அறிந்த ஞானிகட்குஆன்மாவே சிவலிங்கம், மனத்தை திருட்டு வழியில் இழுத்துச் செல்லும் ஐந்து புலன்களும் அழகிய விளக்காகும்.
பக்தியின் பெருக்கு பேரின்ப நிலை அந்த பேரின்பத்தை அடைந்த மகான்கள், தான் காண்பவைகளையெல்லாம் சிவ வடிவமாகவே காண்பார்கள். சேரமான் அரசர், தன் பரிவாரங்களுடன் யானை மீது ஏறி நகர்வலம் வரும்போது, சிவனடியார்களை காண நேரிடும்போது உடனே கீழே இறங்கி ஓடோடி சென்று வணங்கி வரவேற்பார், அப்படிப் பட்ட அரசர் தான் ஒரு மன்னன் என்பதையும் மறந்து உவர்மண் சுமந்து வரும் வண்ணான், மழையினால் நனைந்த , அவன் தலையிலிருந்து உவர்மண் மழைக்கு கரைந்து, தேகம் முழுவதும் விபூதி பூசியது போன்ற தோற்றம் கண்டு, யானை மீது வந்த அரசர், அடியார் தான் வருகின்றார் என்று யானையை விட்டு இறங்கி ஓடோடி சென்று அவரை வணங்கினார், அவ் வண்ணான் " ஐயா நான் ஒரு அடி வண்ணான் நீங்களே மன்னர் " என்று அலறி கூனிக் குறுகி நின்கின்றான், அம்மன்னன் தேவரீர் திரு நீற்று வடிவத்தை அடியேனுக்கு நினைப்பித்தீர்களே, " அடியேன் அடி சேரன் என்றார் அரசர். அவரின் பக்தியின் பேரின்பத்தை கண்ட பரிவாரங்களும் மந்திரிகளும் பேருவகை கொண்டார்கள். என்று பெரிய புராண வரலாறு கூறுகிறது. எந்த நிலையிலும் இறைவனை காணும் நிலைதான் பக்தி நிலையாகும்,அருணகிரியார் திருப்புகழில் தன்னை உருக்கி பாடுகின்றார், பக்தியால்யான் உன்னை பலகாலும் பற்றியே மா திருப்புகழைப் பாடியே உனைக் காண வேண்டும் என்கிறார்.
அந்த பக்தியே, முக்தி எனும் பிறவா நிலைகக்கு கொண்டு செல்லும், பிறவா நிலையினை அடைய சாதனை தத்துவம் தேவை, இந்த உடலையேஆலயமாக பரிமளிக்க வேண்டும். சுவர் இருந்தால் தான் சித்திரம் வரைய முடியும் என்ற கிராமப்படி, இந்த திரேகத்தையும், அதனுள் ஒளிரும் ஆத்மாவையும் போற்ற வேண்டும் . எனவே தான் நம்முடன் வாழ்ந்த சித்தர்கள் அவ்வகையில் தன் மெய் அறிவினால் கற்பங்களை உண்டு பல்லாயிரக்கணக்கான, ஆண்டுகள் வாழ்ந்து இந் பிரபஞ்ச்ததுக்கும் வருங்கால சந்ததியார்க்கும் அரும்பெரும்அறிவு களஞ்சியங்களை பரம்பரையாக குரு சீடர் மூலமாகவோ பனை ஓலைகள் மூலமாகவோ தந்துவிட்டு போய் உள்ளார்கள். அவற்றின் உட்பொருளை அறிவின் திறன் கொண்டு ஆராய்ந்து, மற்றவர்களுக்கும் உபதேசித்தும்,

அறிவின் உட்பொருளை அறிய செய்ய வேண்டுமென்றும், யாம் பெற்ற இன்பம் பெறுக இவ்வையகம் என்று கூறி வழிவகுத்து சென்றுள்ளார்கள்.
நம் உடம்பில் ஐம் புலங்களில் எது மூலசத்தியாக விளங்குகிறதோ அதுதான் ஆத்மா, ஒருவன் இறந்து விட்டால் இவை இயங்குவது இல்லை. எனவே சரீரத்தை போற்றி காத்து இந்த சரீரத்தின் மூலம்பல அரிய பெரிய சாதனைகள் புரிய வேண்டும், எனவே உடல் எந்தவிதமான உபாதைகளின்றம் பிணிகளிலிருந்தும்பாதுகாத்து வாழ்ந்து வந்துள்ளார்கள். இதைத்தான் திருமூலர் தனது திருமந்திரத்தில்
" உடம்பார் அழியின் உயிரார் அழிவர்
திடம்பட மெய்ஞானம்சேரவும் மாட்டார்
உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்தேன்
உடம்பை வளர்த்தேன் உயிர் வளர்த்தேன் " என்று உடலை பாதுகாக்க வேண்டியதன் அவசியத்தை விளக்கியுள்ளர். உடம்பும், உயிரும் மிகமிக இன்றியமையாதன ஆதலின் அவற்றின் சிறப்பு நோக்கி உடம்பையும் வளர்த்தேன் உயிரையும் வளர்த்தேன் என்கிறார். தேகத்திலுள்ள ஆத்மா வானது அழிவற்ற பொருள், தேகத்தோடு பிறந்த தேகம் நீங்கியவுடன் மறுபடியும் பஞ்ச பூத சக்திகளில் சம்பந்தப்பட வேண்டியுள்ளது. அதை தேகத்தோடு கலப்பிக்க வேண்டும். இது வித்தை போதிக்கும் தந்திரமாகும், அந்த கர்மத்தை செய்வதினால் தேகம் அழியாது, செத்தால் பிறக்க வேண்டும், பிறந்தால் இறக்க வேண்டும். உலக வழக்கத்தை சொற்கள் அறிந்து பிறந்த தேகத்தை, காப்பாற்ற வேண்டிய தந்திரங்கள் அறிவதே, ஆத்மாவை அறிந்து தேகத்தை லயிக்க செய்யும் கர்மமாகும்.அது முடியாவிட்டால் சாவது நிச்சயம்,
செத்தால் பிறக்க வேண்டும், அதை தடுப்பதற்கு தேகத்திலிருந்துதான் அந்த கர்மத்தை செய்யமுடியும், புழு , பூண்டு வடிவத்தில் இருந்தால் இந்த கர்ம வினைகளை செய்ய இயலாதல்லவா? அப்படி சாதனையால் செய்து இந்த சூச்சும தேககத்தை பிரிக்கும் தந்திரத்தை அறிய வேண்டும்.சித்தர்களும் ஞானிகளும் இதை கண்டு கொண்டு உலகத்தில் சஞ்சாரம் செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள். எனவேதான் உடலையும் உள்ளத்தையும் கட்டுபாடுகளுடன் உட்படுத்தி தன்னை மேலான இயல்புடையவனாக மாற்ற வேண்டும், சிந்தையிலும் சொல்லிலும், செயலிலும் கோணல் இல்லாத தன்மையே நேர்மை அடைய வழிபிறக்கும், தேக சுகத்திற்கு வசப்பட்டு புற இச்சைகளையும் சாஸ்திரத்தின் ஆணை மீறி நடப்பவனுக்கும் ஏது மேன்மை? அவன் சுகம் பெற முடியாது, முக்தி என்னும் பேரின்பம் அடையமுடியாது.
" உடம்பினை பெற்ற பயனாவதெல்லா
முடம்பினிலுத்தமனைக் காண் " என்கிறார் அவ்வையார்.
தேகம் எடுத்ததின் பயன், புற இச்சைகளையும் மனை, மக்கள், காசு பணம், போன்ற சொத்துக்களை சம்பாதித்து அவற்றிலே மூழ்கி வயதான காலத்தில தள்ளாமையாலும், வியாதியினாலும் பிடிக்கப்பட்டு உழல்வதற்கல்ல, உன்னிலே ஒருவன் உள்ளான், அவனை நீ கண்டால் அறிவு சுடர் விட்டு, மூப்பு பிணி, சாக்காடு என்ற அவத்தை நீக்கி ஆணவம் கன்மை, மாயை நீக்கி பேரின்ப பெருவாழ்வு வாழலாம், என்கிறார்,
இந்த ஊன் உடம்பே ஆலயம் என்றாலும், அச்சரீரம் தன் அளவில் தேவ ஆலயம் ஆகிவிடாது, இந்த சரீரத்தை எப்படி மனிதன்பயன்படுத்துகின்றானோ அதை அனுசரித்து

உடல் தேவ ஆலயமாக ஆகிறது. எனவே தான் உடம்புக்கு ஊறு வராது நேர்மைக்கு பங்கம் இலாது வாழ வேண்டும், எனவே உண்ணும்உணவு குடிக்கும்பானம் இவைகளை நெறிப்படுத்த வேண்டும். இந்த உடம்பை பயன்படுத்திக் கொள்ளவேண்டுமே யொழிய இந்த உடம்பை நினைக்க கூடாது. உடலில் உள்ள அபூர்வ செயல்கள், செயல் இழந்துவிட்டால் இந்த உடல் பயனற்றதாகிவிடும். ஆகவேதான் இந்த உடலை கொண்டே நாம் மேலான நிலையை அடைய வேண்டும். என்ற குறிக்கோளினைக் கொண்டு நல்ல சிந்தனையுடன் இந்த உடம்பை இயற்கை விதிகளுக்கு புறம்பாக ஓம்ப வேண்டும்,

உடம்பை வளர்க்கும் உபாயம் அறிந்து, உடம்பை வளர்த்தேன், உயிர் வளர்த்தேன்

திருசிற்றம்பலம்

இந்து சாஸ்திர சம்பிரதாயங்கள் 2

இந்து தர்ம சாஸ்திரங்களில் நம் முன்னோர்களால் வகுத்தறியப்பட்டு சில சாஸ்திர சம்பிரதாயங்கள் இன்றளவும் நம்மால் பின்பற்றப்பட்டு வருகின்றன, இருப்பினும் நம் முன்னோர்களால் சாஸ்திர ரீதியாக கடைப்பிடிக்கப்பட்டவை தற்போது இக்கால சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப சற்று ஏறக்குறையவும் இன்றளவும் நடைபெறுகிறது, சாஸ்திர முறைப்படி கூறப்பட்ட சம்பிரதாயங்களை அன்றாட வாழ்க்கைக்கு ஆன்மீக ரீதியாக கடைபிடிப்பது அவசியமாகிறது,
"அரிது அரிது மானிடாய் பிறப்பது அரிது" என்கிறார் அவ்வைப் பிராட்டியார், ஆறறிவு பெற்ற மனிதனால் மட்டுமே சிந்தித்து செயல்பட்டு ஆன்மீக வழி நடந்து, பிறவிப் பெருங்கடலைக் கடக்க இயலும், மறுபிறவியில்லாத நிலையை அடைய உதவுவது இந்த மானிடப்பிறவியின் வாயிலாகத்தான் முடியும், சைவ சித்தாந்த பெரியோர்களும் முற்பிறவியில பெற்ற கர்ம வினைகளை தீர்க்க இந்த மானிடப் பிறவி நமக்கு அளிக்கப்பட்டுள்ளது, இந்த அரிய பிறவியில் ஆன்ம ஞானம்பெற்று வீடு பேறு என்ற பிறவா நிலையை அடையமுடியும்,
" கலையாத கல்வியும் குறையாத வயதும் ஓர் கபடுவாராத நட்பும்
கன்றாத வளமையும் குன்றாத இளமையும் கழுபிணி இலாத உடலும்
சலியாத மனமும் அன்பு அகலாத மனைவியும் தவறாத சந்தானமும்
தாழாத கீர்த்தியும் மாறாத வார்த்தையும் தடைகள் வாராத கொடையும்
தொலையாத நிதியமும் கோணாத கோலும் துன்பமில்லாத வாழ்வும்
துய்யநின் பாதத்தில் அன்பும் உதவிப் பெரிய தொண்டரோடு கூட்டு கண்டாய்",
என்று அபிராமி பட்டர் பாடினார்,ஒவ்வொரு மனிதனும் தனக்கு கிடைக்க வேண்டுவதெல்லாம் அவர் கேட்ட இத்தனை வரங்களையெல்லாம் தான் இத்தனை இன்பங்களையும் செல்வங்களையும் பெற்று ஒரு மனிதன் ஆன்மீக நிலையை அடையவும் ஒழுக்க நெறி நடந்து, பிறர்க்கு சான்றாக நடந்து பின்வரும் தலைமுறைக்கு வழிகாட்டவும் தனது ஆன்மீக நிலையை மேம்படுத்தவும் வேத காலந் தொட்டு , நமது

முன்னோர்களும் ரிசிகளும் சோதிட வல்லுநர்களும் சமயப் பெருந்தகைகளும் நமக்கு எத்தனையோ தத்துவங்களையும் உபதேசங்களையும் சாஸ்திரங்களையும் அருளி யிருக்கிறார்கள். ஒரு மனிதன் பிறந்தது முதல் பள்ளிக்கு சென்று வித்தை பயின்று திருமணம் புரிந்து காதல் விளையாடி, குழந்தை பெற்று , செல்வம் தேடி, ஆன்மீக பாதையில் சென்று மறுமையடையும் வரை, அவன் அன்றாடம் செய்யவேண்டிய கடமைகளையும் பின் பற்ற வேண்டிய நம் இந்து மத சம்பிரதாயங்கள் என்னென்ன வென்றும் எப்படி செய்ய வேண்டுமென்றும் கூறியிருக்கிறார்கள், இறந்தவுடன் அவனுடைய உடலுக்கு செய்ய வேண்டிய கடமைகளையும் அவன் ஆத்மா சாந்தி அடைய வேண்டி செய்ய வேண்டிய சாஸ்திரங்களையும் தெள்ளத் தெளிவாக விளக்கியிருக்கிறார்கள்.

மனித உடல் உயிர் பிரியும தருவாயில் செய்யவேண்டிய சம்பிரதாயங்கள்:
இறக்கும் தருணம் வந்துவிட்டால் மரணப்படுக்கையில் இருந்தால் அவனை கட்டிலில் படுக்க விடக் கூடாது, உள் வீட்டிலும் படுக்க வைக்க கூடாது, தரையில் தர்ப்பையை போட்டு அதன் மீது அவனை படுக்க வைக்க வேண்டும், கட்டிலில் படுத்து கொண்டே உயிரை விட்டால் நரகதி அடைவர், ஒரு மனிதன் பிறக்கும் போதும் இறக்கும் போதும் பூமாதேவியின் மடியிலேயே நடக்க வேண்டும், தற்காலத்தில் வசதிக்காக எளிதாக பிரசவம் பார்க்க பெரும்பாலும் பிரசவ விடுதிகளில் கட்டிலில் தான் பிரசவங்கள் நடக்கின்றன, இறக்கும் போகும் மனிதனுக்கு துளசி, சாளக்கிராமம் போன்ற உத்தம பொருட்களை கண்ணில் காட்டவும், சிவ நாமத்தை அவரது வலது காதில் ஓத வேண்டும், புண்ணிய சாலிகளுக்கு முகத்திலுள்ள துவாரங்கள் மூலமாகவும், சித்தர் ஞானிகளுக்கு சிரசு வழியாகவும், பாவிகளுக்கு மலஜல துவாரம் வழியாகவும் உயிர் பிரியும்,
உயிர் பிரிந்த பின் செய்ய வேண்டி சடங்குகள்:
பிராணன் போன பின்பு, தலையை தெற்குப் புறமாக வைத்து படுக்க வைக்க வேண்டும், பெண்கள் தலையை விரித்துக் கொண்டு தெற்கு நோக்கி நமஸ்காரம் செய்ய வேண்டும், ஒருவன் இறந்தவுடன் ஒரு யாமம் (சுமார் 3 மணி நேரம்) கழிந்த பின்பு அப்புறப்படுத்த வேண்டும், இரவு 9 நாழிகைக்கு மேல் தகனம் செய்யக் கூடாது,
இறந்த உடலுக்கு கொள்ளி வைப்பது யார்?
பிறவியில் மூத்தவனே கொள்ளி வைக்க வேண்டும், அவன் இல்லாவிடில் இருப்பவர்களுள் மூத்தவன் கர்மஞ் செய்ய வேண்டும், எல்லா பிரேத காரியங்களிலும் ஈரத்துணியுடன் இருக்க வேண்டும், கொள்ளி வைப்பவர் அக்கினியை சட்டியில் எடுத்துக் கொண்டு முதலில் புறப்பட வேண்டும் அக்கினிக்கு பின் பிணத்தை எடுத்துச் செல்ல வேண்டும்,மற்றவர்கள் பிரேத்ததை தொடர்ந்து வரவேண்டும், பிள்ளைக்கு 2 வயதுக்குள் கர்மஞ் செய்ய நேரிட்டால் பக்கத்திலிருக்கும் வேறொருவர் செய்யலாம், 3 வயது முதல் 7 வயது வரை கொள்ளியை பையனே கொள்ளி வைக்க சொல்லி, பிற காரியங்களை நெருங்கிய உறவினர்கள் செய்யலாம், தகனம் செய்யுமிடத்தில் பிரேதத்தை தெற்குப்புறம் தலையிருக்கும்படி வைக்க வேண்டும், இதற்கான காரியம் செய்பவர்களும் அவருடைய தாயாதி வழியினரும் இறந்தவருக்கு வாய்கரிசி 3 முறை போட வேண்டும், சிதையின் கிழக்குப் புறத்தில் மேற்கு நோக்கி நின்று கொண்டு பிரேதத்தின் மார்பில் அக்கியை இட

வேண்டும், பிறகு சிதையின் வடக்கு புறம் தெற்குநோக்கி நின்று கொண்டு அக்கினியை தொழுது மூன்று முறை ஓம் என் உச்சரிக்க வேண்டும், சிதைக்கு தீயிட்ட பின் திரும்பி பார்க்காது சென்று விட வேண்டும், பின் தலைமுழுகி ஸ்தானம் செய்ய வேண்டும், பின் உறவின்களுடன் வீட்டுக்கு செல்ல வேண்டும், பின் 10 வது நாள், அல்லது 16 வது நாள் கழித்து உரிய காரியங்களை செய்ய வேண்டும், காரியங்கள் செய்யும் வீட்டில் பசுஞ் சாணத்தால் மெழுகி புன்யாக வசனம் செய்யவும்,
சித்தி பெற்ற உடல், ஞானிகள் உடலை புதைக்கத்தான்வேண்டும், அதாவது சமாதி செய்தல் வேண்டும், சிறு குழந்தைகள் இறந்தாலும் புதைக்கத்தான் வேண்டும், தகனம் செய்தல் கூடாது,
ஒருவனுக்கு பெற்ற தாய் தந்தை இறநதால் ஒரு வருடம் வரை தீட்டு உண்டு. மனைவி இறந்தால் 3 மாதமும் சகோதர்களுக்கு ஒன்றை மாதமும் தாயாதிகள் இறந்தால் ஒரு மாதமும் தீட்டு உண்டு, இந்த தீட்டு நாட்களில் கோவில்களுக்கு செல்லக் கூடாது, சுபகாரியம் செய்யக் கூடாது, நேர்த்திக் கடன் செலுத்தக் கூடாது, தீட்டுக்காலம் முடிந்த பின் சிராத்தம் செய்ய வேண்டும், சிரார்த்தின் போது மனைவியும் உடன் இருக்க வேண்டும், இறந்த திதியை கணக்கிட்டு சிரார்த்தம் வருடாவருடம் பித்தருக்களுக்கு செய்ய வேண்டும, பிதுர்தர்ப்பணம் செய்ய முடியாதவர்கள் சிறிது எள்ளும் தண்ணீரும் விட்டு தர்ப்பணம் செய்ய வேண்டும்,
திருச்சிற்றம்பல்

இந்து சாஸ்திர சம்பிரதாயங்கள் 3

1), கோவில் இல்லாத ஊரில் குடியிருக்கக் கூடாது.
2, தனது இடது கையால் எண்ணெய் தேய்த்தல், இடது கையால் அன்னம் இடுதல், இடது கையால் படுக்கை விரித்தல் கூடாத பழக்கவழக்கம்,
3, குரு, நோயாளி, கர்ப்பிணி,மருத்துவர் சந்நியாசி முதலியோர்களுக்கு ஆபத்துக் காலத்தில் கண்டிப்பாக உதவி செய்தால் மிகுந்த புண்ணியம் கிடைக்கும்.
4,சகோதர, சகோதரிகள் தாழ்ந்த நிலையில் இருந்தால் அவர்களுக்கு உதவ வேண்டும்.
5,பசு, தேர், நெய்குடம், அரசு, வில்வம், அரசுடன் சேர்ந்த வேம்பு இவைகள் குறுக்கிட்டால் அதனை வலது புறம் சுற்றி செல்ல வேண்டும்,
6, குடும்பஸ்தன் ஒரு கையை தரையில் ஊன்றியக் கொண்டு உணவு உண்ணக் கூடாது. துணியில்லாமல் குளிக்கக் கூடாது,
7, கன்ளுக்குட்டியின் கயிறை தாண்டக்கூடாது,தண்ணீரில் தன் உருவத்தைப் பார்க்க கூடாது.
8, நெருப்பை வாயால் ஊதக்கூடாது,
9, குழந்தை யில்லாதவன், திருமணம் ஆகாமல் ஒரு பெண்ணுடன் வாழுபவன், மனைவியை இழந்தவன் இவர்களை சுப காரிய நிகழ்வுகளில் முன்னிறுத்தக் கூடாது,
10, சாப்பிடும் போது முதலில் இனிப்பு, உவர்ப்பு , புளிப்பு, கசப்பு பதார்த்தங்களை

வரிசையாக சாப்பிட்டு பின்பு நீர்அருந்த வேண்டும்,
11, கணவன் சாப்பிட்ட பின்பே மனைவி சாப்பிட வேண்டும், திருமணத்திலும் பந்தியிலும், பிரயாணத்திலும் சேர்ந்து சாப்பிடலாம்,
12, உள்ளாடை யின்றி வீட்டின் நிலைப்படியை தாண்டக்கூடாது, ஆன்மீக சடங்குகளில் கலந்து கொள்ளவோ, கோவிலுக்கு செல்லவோ கூடாது.
13, சாப்பிட்ட பின் குடும்பஸ்தன் வெற்றிலை போட வேண்டும், வெற்றிலையின் நுனி, நரம்பு, காம்பு கிள்ளி எறிந்து விட வேண்டும்,
14, சுண்ணாம்பு இல்லாத வேற்றிலையோ, வெறும் பாக்கோ போடக்கூடாது, சுண்ணம்பு வெற்றிலையின் பின் பக்கம்தான் தடவ வேண்டும்.
15, குரு,சோதிடர், வைத்தியர், சகோதரி, ஆலயம் இவற்றிக்கு செல்லும் போது வெறுங்கையுடன் செல்லக்கூடாது,
16, தலையையோ, உடம்பையோ வலக்கையினால் மட்டும் சொறிய வேண்டும், இரண்டு கையாலும் சொரிதல் கட்டாயம் கூடாது,
17, இருகையாலும் தலைக்கு எண்ணெய் தேய்க்கக் கூடாது,
18, வலது உள்ளங்கையில் எண்ணெய் ஊற்றி தலையில் தேய்க்க வேண்டும்.
19, பேசும் போது துரும்பைக் கிள்ளக் கூடாது, பேசுவர் துண்டிப்பாதாக தோன்றும்,
20, ஈரக்காலுடன் படுக்கக் கூடாது.
21, வடக்கிலும், கோணத்திசையிலும், தலைவைத்து படுக்கக் கூடாது, நடக்கும் போது முடியை உலர்த்தக் கூடாது,
22, குடும்பப் பெண்கள் தலைமுடியை விரித்து போட்டுக் கொண்டு வெளியில் செல்லவோ சுபகாரியங்களிலுக்கு செல்லவோ கூடாது,
23, ஒரு காலினால் இன்னொரு காலை தேய்த்துக் கழுவக்கூடாது,
24, சிகரெட், பீடி தீ துண்டுகளை அணைக்காமல் தரையில் போட்டு காலால் தேய்க்கக் கூடாது,
25, பகைவன், அவனது நண்பர்கள், கள்வன், கெட்டவன், பிறர் மனைவி இவர்களுடன் உறவு கொள்ளக்கூடாது, இவை அனைத்தும் கூடா நட்பு
26, பெற்றதாய் சாபம், செய்நன்றி கொல்லுதல், பிறர்மனைவி கூடுதல் இவை மூன்றுமே பிராயசித்தமற்ற பாவங்கள்
27,அங்ககீனம் உள்ளவர்வரகள், வறுமையில் உள்ளவர்கள் இவர்களது குறையை குத்திக் காட்ட கூடாது,
28, பிறர் தரித்த உடைகள், செருப்பு, மாலை, படுக்கை ஆசனம் இவற்றை நாம் உபயோகிக்கக் கூடாது.
29, பிணப்புகை, இளவெயில் தீப நிழல் இவை நம்மீது படக்கூடாது.
30, பசுமாட்டினை காலால் உதைப்பது, அடிப்பது கூடாது,
31, பசு மாட்டிற்கு (கோமாதா) பசும்புல் ஒரு கைப்படியாவது கொடுப்பது சிறந்தது, " யாவர்க்கும் ஆம் பசுவுக்கு ஒரு வாய் உறை " திருமூலர் மந்திரம்
32, உண்ணும் போது பிறர் பார்த்திருக்க உண்ணக் கூடாது, " யாவர்க்குமாம் உண்ணும் போதொரு கைப்பிடி" பிறருக்கு ஈந்து உண்ணல் வேண்டும்,
33, பகலில் உறங்குவது , உடலுறவு கொள்வது கூடாது,

34, தூங்குபவரை தீடீரென்ற எழுப்பக் கூடாது, தூங்கும் குழந்தையை பார்த்து ரசிக்கக் கூடாது.
35,தலை, முகம் இவற்றின் முடியை காரணமில்லாமல் வளர்க்கக் கூடாது.
36, வீட்டிற்குள் நுழையும் போது வாசல் வழியாகத்தான் நுழைய வேண்டும்
37, கையால் மோரை குழப்பக் கூடாது.
38, தாம்பத்திய சுகம் அனுபவிக்கும் நேரம் தவிர மற்ற நேரங்களில் மனைவியுடைய மர்ம, உறுப்புக்களையும், பிற பெண்களுடையதையும்பார்க்க கூடாது.
39, நம்மை ஒருவர் கேட்காத வரையில் நாம் அவருக்கு ஆலோசனை கூறக்கூடாது,

தமிழ் திருமறைகள் கூறும் வைத்தியம்

தமிழ் திருமறைகள் மற்றும் தமிழ் பாசுரங்களையும், மந்திரங்களையும் அனுதினமும் ஜெபித்தும், மானிடர் படும் நோய் நொடி துன்பங்களிலிருந்து தங்களை விடுவித்து அதற்குரிய பலாபலன்கள் அடைந்துள்ளனர் நம்முன்னோர்கள், அவைகள் அக்காலத்திற்கு பொருந்துமா? என்பதை நினைப்பதை விட நடந்து அனுபவித்து கூறிய செய்திகள் உண்மையானவைகளாகவே நமக்கு தோன்றுகின்றன. அது மட்டுமன்றி தமிழ் மறைகள் மூலம் சித்தர் பெருமக்கள் அததற்கென மூலிகைகள் மூலம் சித்த வைத்திய முறைகளையும் கையாண்டது அகத்தியர் தொகுத்த சித்த வைத்திய முறைகளைக் கொண்டு அறியலாம். தமிழ் மறை நூல் ஆசிரியர் கள் தொகுத்துப் பாடி அடைந்த பலாபலன்கள் அவர்கள் கூற்றின் வாய்லாக நாம் அறியலாம்,
அபிராமி பட்டர் எழுதிய அபிராமி அந்தாதியை அனுதினமும் பாராயணம் செய்தால் சகல தோசங்களும் நீங்கி, சந்தோசமும் செல்வமும் மோட்சமும் சித்திக்கும், தீராத நோய்களும் தீர திருஞானசம்பந்தர் பாடிய திருநீற்றுப்பதிகப் பாடல்களை பாடி இந்து சமயத்தின் அடையாளமான திருநீற்றை நெற்றி யில் அணிந்து சகல நோய்களையும் தீர்ககலாம் என்கிறார் சம்பந்தர், பாண்டிய மன்னனுக்கு சூட்டுநோய் நீக்க திருநீற்றை பூசி அவரைக் குணப்படுத்தி " மந்திரமாவது நீறு வானவர் மேலது நீறு " எனறு ஆரம்பித்து
" ஆற்றல் அடல்விடையேறும் ஆலவாயன் திருநீற்றைப்
போற்றி பகலி நிலாவும் பூசுரன் ஞானசம்பந்தன்
தேற்றி த் தென்னன் உடல் உற்ற தீப்பிணியாயின தீரச்
சாற்றிய பாடல்கள் பத்தும வல்லவர் நல்லவர் தாமே, என்று எல்லா நோய்கள் தீரவும் இதனைப் பாடி இத்திருநீற்றை அணிந்தால் எல்லாப்பிணிகளும் தீரும் என்கிறார், முயலக நோய் என்னும் முடக்குவாத நோய் நீங்க ' துணிவளர் திங்கள் துளங்கி விளங்கச் சுடர் சடை சுற்றி " என்ற பாடலைப் பாடினால் அவர் கூற்றுப்படி " நகைமலி தண்பொழில் சூழ்தரு காழி நற்றமிழ் ஞானசம்பந்தன் தகைமலி தண்டமிழ் கொண்டவை ஏத்தச சாரகிலா வினைதானே", என்கிறார், அதுபோல் முன்வினைகள் நீங்கவும் எலும்பு முறிவு முதலியன குணமடையவும் ஒதவேண்டிய பதிகம் " விங்கவிளை கழனிமிகு கடைசியர்கள் ,,,,,,,,,,,, எனத் தொடங்கி " மடைகொள் புனலோடு வயல் கூடுபொழில்

மாகறல் உளான் அடியையே உடைய தமிழ் பத்தும் உணர்வார்அவர்கள் தொல்வினைகள் ஒல்கும் உடனே" என்கிறார், அத்துடன் சொரி, படை, மேகம், அம்மை போன்ற பலவகை உடற்பிணிகள் அகல ஓதவேண்டிய பதிகம் " மின்னுமா மேகங்கள் பொழிந்து இழிந்து அருவி .... என்று தொடங்கி " தங்கையால் தொழுது தம் நாவின் மேற்கொள்வார் தவநெறி சென்று அமருலகம் ஆள்பவரே. " என்று அருளியுள்ளார், அதுபோலவே திருநாவுக்கரசர் சுவாமிகள் பாம்பு கடியால் இறந்த குழந்தையை உயிர்பிக்க பாடிய பாடல் கொண்ட விடந்தீர்த்த திருப்பதிகம் " ஒன்றுகொலாம் என்ற பாடல் பாடி பாம்பு (நஞ்சு) தீர்க்க பயன் பெறலாம், கண்பார்வை இழந்தபோது வன்தொண்டர் என்ற சுந்தர மூர்த்தி சுவாமிகள் பாடிய " மீளா அடிமை உமக்கே ஆளாய் " என்ற பாடல் பதிகங்களைக் கொண்டு கண்சம்பந்தான நோய்களை குணமடைய செய்யலாம், ஊமை திக்குவாய் முதலியன நீங்கவும் நன்றாக பேசவும் உதவும் பதிகப் பாடல் திரு மாணிக்கவாசகர்அருளிய " பூசுவதும் வெண்ணீறு பூண்பதுவும் பொங்கரவம் " என்ற பாடல் கொண்டு நல்ல பேச்சிதிறன் கொண்ட குழந்தைகள் அமையவும், ஊமை குழந்தைகள் பேச செய்யவும் இப்பாடல்ளை பாராணம் செய்தால் விரைவில் குணம் பெறலாம், நவக்கிரகங்களால் ஏற்படும் தோசம் நீங்க " மாசறு திங்கள் " என்ற கோளறு பதிகம் தினசரி பாடி பாராயணம் செய்யலாம்,

அருணகிரிநாதர் அருளிய

" நாளென் செயும் வினைதான் என்செயுமென நாடிவந்த
கோள் என்செயும் கொடுங் கூற்றென் செயும் குமரரே சரிரு
தாளும் சிலம்பும் சதங்கையும தண்டையுஞ் சண்முகமும்
தோளுங் கடம்புமெனக்கு முன்னே வந்து தோன்றிடினே, " என்ற கந்தர் அலங்காரப் பாடலைதினமும் பாடினால் துன்பங்கள் தவிர்க்கலாம்

பூர்வ ஜென்ம பாவத்தால் வாழ்க்கையில் எப்போதும் கஸ்டத்தையே அனுபவிப்பவர்கள் " சேல்பட்டழிந்து செந்தூர் வயற்பொழில் தேங்கடம்பின் " என்ற கந்தர்அலங்கார பாடலை பாராயணம் செய்யலாம், வாழ்க்கையில் வழிதெரியாமல் தவிக்கும் போதும் பிரயாணம் செல்லும் போதும் வழித் துணைக்காக பயம் நீங்க பாடும் பாடல் " விழிக்கு துணை திருமென் மலர்ப் பாதங்கள் ,,,,,,,,,,,,,,,,,, வழிக்குத் துணை வடிவேலுஞ் செங்கோடன் மயூரமுமே." என்ற பாடலை பாராயணம் செய்யலாம்,

இவ்வாறு ஏகப்பட்ட பாசுரங்களும் பாடல்களும், சுலோகங்களும் உள்ளன, இவற்றை பாராயணம் செய்வதால் சகலவித அனுகூலமும் கிட்டும், சிவகவசம், சக்தி கவசம், நமக்கு வாழ்வின் சிறந்த கவசமாக பாதுகாக்கும், சகலா வல்லி கல்வி மாலை பாடினால் சகல கலைகளும் தேர்ச்சி உண்டாகும், நவரத்தின மாலாவை பாடினால் செலவம் சேரும், கனகதாரா தோத்திரம் பாடினால் மகாலட்சுமி அருள் கிட்டும், சௌந்தர்ய லகரி பாடினால் அற்புதமான சக்திகளும் அநேக நன்மைகளும் கிடைக்கும், எனவே அனுதினமும் ஏதேனும் ஒரு தோத்திரப் பாடல் அல்லது சுலோகங்களை கூறி பாடி எல்லா வல்ல இறையருள் உய்து நலமுடன் வாழ்வோம்,

திருச்சிற்றம்பலம்

தமிழ் வேதங்களில் தனிமனித ஒழுக்கம்

"கூறுமின் ஈசனைச் செய்மின் குற்றேவல் குளிர்மின் கண்கள்
தேறுமின் சித்தம் தெளிமின் சிவனைச் செறுமின் செற்றம்
ஆறுமின் வேட்கை அறுமின் அவலம் இவை நெறியா
ஏறுமின் வானத்து இருமின் விருந்தாய் இமையவர்க்கே, --- பொன் வண்ணத்து அந்தாதி (தமிழ் வேதம் 11)

தனிமனிதர்களின் தொகுப்பு அல்லது கூட்டம் தான் சமுதாயம் என்பது. வானுலகில் இன்புற்றிருப்பதற்கு உரிய வழி பொருளற்ற சடங்குகளும் சம்பிரதாயங்களும் இப்பாடலில் சொல்லப்படவில்லை என்பதை நாம் தெளிவாக கொள்ள வேண்டும்

சேரமான் பெருமாள் நாயனார் உடலுடன் கயிலையை அடைந்தவர். அவர் சொல்வதைத்தான் நாம் கொள்ள வேண்டும். அமெரிக்கா சென்றவர் சொல்லும் வழியைத்தான் அமெரிக்கா செல்ல இருப்பவர் கேட்க வேண்டும்.சமயக் கொள்கைகளை தங்களின் சுயலாபத்திற்காக வளைத்துக் கொண்டவர்களின் சொற்களை கேட்டு ஏமாந்து போகிறவர்கள் அப்பாவிகள்.

வளர்ந்த நாடுகளைவிட தமிழர்கள் ஆதிகாலம் தொட்டே உயர்ந்த பண்பாட்டுடனும், தனி மனித ஒழுக்கத்தை இறைவழிபாட்டுடன் இணைத்துக் கூறினார்கள் வாழ்ந்தும் காட்டினார்கள். காரணம் இறைவழிபாட்டினை மனித வாழ்விலிருந்து பிரித்து விடமுடியாது, இறையுணர்வு இல்லையானால் மனிதன் மிருகமாக வாழநேரிடும் என்பதை நன்கு உணர்ந்தவர்கள் நமது சிவஞானியர்கள். எட்டாம் நூற்றாண்டில் வாழ்ந்த சேரமான் பெருமான் நாயனார் தமிழகத்தில் மூவேந்தர்களில் சேரர் குடியில் தோன்றி சிவ வழிபாடு செய்து வந்தவர், இவருடைய சிவபூசையின் முடிவில் நடராசப் பெருமான் சிலம்பொலி கேட்கச் செய்தார். ஆழ்ந்த இறைபக்தியுடைய இப்பெருமானார் அருளியுள்ள இப்பாடலில் பொதிந்துள்ள தனி மனித ஒழுக்க கோட்பாடுகளைக்காண்போம்.

1,கூறுமின் ஈசனை: முழுமதற் பொருளாய் விளங்கும் சிவபெருமானாரைத் துதியுங்கள் பிறப்பும்,இறப்பும் இல்லா பெருந்தெய்வம் ஆகும். மற்றவையெல்லாம் சிறுதெய்வங்கள் எனப்படும், சிறு தெய்வங்கள் யாவும் பிறக்கும் இறக்கும் வேதனைப்படும் மேல்வினையும் செய்யும், ஒரு நாட்டிற்கு பிரதம மந்திர் இருப்பது போல அகில உலகங்களுக்கு எல்லாம் ஒரே கடவுள் தான். இரண்டு இல்லை, அந்த பிறப்பு இறப்பு இல்லாதவர் அவரே சிவம் என்கிறார், சிறுதெய்வ வழிபாடு மக்களிடையே பரவுமானால் உயர்ந்த பண்பாடு போய்விடும், சிறுதெய்வ வழிபாட்டால் உயிர்பலி இடுதல் போன்ற பண்பாடற்ற தலைதூக்கும் அதனாலேயே ஆரம்பத்திலேயே பெருந்தெய்வ வழிபாட்டைக் கூறியுள்ளார்.
2, செய்மின் குற்றேவல்: சிறு சிறு தொண்டுகளைச் செய்யச் சொல்கிறார். சிவாலயத்தை தூய்மை செய்தல், மலர் எடுத்தல் வலம் வருதல் போன்ற சிறுசிறு தொண்டுகள்

செய்வதால் மனத்தில் அன்பு வளரும் தன்னலம் குறையும் ஆணவம் மறையும்.
3, குளிர்மின் கண்கள்: இறைவருடைய திருஉருவத்தைக் கண்டு கண்கள் குளிர வேண்டும் இதனால் நம்மிடம் உள்ள மிருகப் பண்பு குறையும் மனித நேயம் பெருகும்.
4,தேறுமின் சித்தம்: மனத்தை ஒரு நிலையில் நிறுத்துங்கள் என்பதை கவனிக்க வேண்டும் நாம். மனம் போகும் போக்கில் அலையவிடக் கூடாது, மனம் தான்மனிதனுடைய எல்லா செயல்களுக்கும் காரணம். அதை நம்கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்க வேண்டும் என்கிறார்,
5, தெளிமின் சிவனை: முழுமுதற் பொருள் எது என்பதில் ஒரு தெளிவு வேண்டும், பிறப்பும்இறப்பும் இல்லாதவரும் காலத்தை கடந்து நிற்பவரும் சிவபெருமானார்ஒருவரே என்பதில் தெளிவு வேண்டும்.
" சிவனோடு ஒக்கும் தெய்வம் தேடினும் இல்லை
அவனோடுஒப்பார் இங்கு யாவரும் இல்லை -- திருமூலர்

" அயனும் புடையும் எம் ஆதியை நோக்கில்
இயலும் பெருந்தெய்வம் யாதும் ஒன்றில்லை - திருமூலர்

இந்த தெளிவு இல்லாத பாமர மக்கள் சிறுதெய்வ வழிபாட்டில் சிக்கித் தவிப்பதை போலி வேடதாரிகளை நம்பி மோசம் போவதையும் இன்றை சூழ்நிலை. பெருந்தெய்வமான சிவபெருமானாரால் முடியாத ஒரு செயலை சிறுதெய்வங்கள் செய்து விட முடியாது என்னும் தெளிவு நமக்கு வேண்டும்.
6, செறுமின் செற்றம்: பகைமை உணர்வை நீக்க வேண்டும். பகைமை உணர்வுதான் இன்றைய காலத்தில் எல்லா கொடுமைகளுக்கும் காரணம் என்பதை நாம் அறிவோம். மனித இனம் மாதவ நிலையை அடைவதற்கு பெரும் தடையாக இருப்பது பகைமை உணர்வுதான். கணவன் மனைவியிடையே பிரிவு உற்றார் உறவினரிடையே சண்டை, சமுதாயத்தில் சண்டை மாநிலங்களுக்கிடையே சண்டை, மதவாதிகளிடையே சண்டை நாடுகளுக்கிடையே கடும் போர் ஆகிய யாவற்றிக்கும் காரணம் பகைமை உணர்வுதான்.ஆக சாதி,மதம்,மொழி, இனம் நாடு ஆகியவற்றால் மனித இனம் வேறபட காரணம் பகைமை உணர்வே.
7, ஆறுமின் வேட்கை : ஆசையை அடக்குங்கள் என்கிறார் நாயனார்
ஆசையுடையவன் விலங்கு
அன்புடையவன் மனிதன்
அருள் உடையவன் தேவன்
உரியது அல்லாதவற்றை விரும்புவது தான்மட்டும நலமாக வாழ வேண்டும் என எண்ணுவது ஆசையாகும், ஆசை வளர வளர மனித மனம் மிருகத்தன்மை அடையும் ஆசை மிகும் பொழுது நல்லது தீயது என்பதே தெரியாமல் போய்விடும்.
"ஈசனோடாயினும் ஆசையை அறுமின் - திருமூலர்
இவ்வுலக ஆசைகளை நிறைவேற்றிக் கொள்வதற்காக இறைவழிபாடு கூடாது என்கிறார் திருமூலர்
பிறரை கெடுத்து தான் வாழ நினைக்க கூடாது இதனால் சமுதாய சீரழிவு ஏற்படும்.

இத்தகைய ஆசையை ஒழிக்க வேண்டும்.
8, அறுமின் அவலம்: துன்பத்திலிருந்து நீங்க வேண்டும், துன்பத்தில் முழ்கிவிடக் கூடாது.
இன்பமும் துன்பமும் காட்டாற்று வெள்ளம் போல் விரைவில் நீங்கிவிடும்.
துன்பப்படுவதால் உடலில் நோய் பெருகும் வாழும் நாள் குறையும், இறைமை என்ற பேரின்ப வெள்ளத்திலிருந்து பிரிந்து வந்த ஒரு துளிதான் நாம். நமக்கு உள்ளும் புறமும் வள்ளலாய் இறைவர் விளங்குகிறார். விரைவில் நலம் பெறுவோம் என்று உறுதியாக நம்பினால் துன்பத்திலிருந்து விடுபடுவது எளிதே ஆகும்.
இதுபோன்ற கருத்துக்கள் தமிழ் மக்களுக்கு மட்டுமா பொருந்தும்? உலகில் உள்ள எல்லா நாட்டு மக்களுக்கும் பொருந்தும், இத்தகைய கருத்துக்கள் சாதி,சமயம்,இனம், மொழி நாடு ஆகியவற்றை கடந்தவையல்லவா?
திருசிற்றம்பலம்